



**PENGARUH SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN NYERI  
PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS DITINJAU DARI  
LITERATURE REVIEW**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh:

**MUHAMAD ATDI PURWOKO**

012201017

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**



**PENGARUH SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN NYERI  
PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS DITINJAU DARI  
LITERATURE REVIEW**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar  
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh:

**MUHAMAD ATDI PURWOKO**

012201017

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi S1 Keperawatan  
Skripsi, Januari 2022  
Muhamad Atdi Purwoko  
012201017

**“Pengaruh Senam Rematik Untuk Menurunkan Nyeri pada Penderita Rheumathoid Arthrithis di Tinjau dari Literature Review”.**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Nyeri Rheumathoid arthritis adalah rasa nyeri yang menyerang dibagian muskuloskeletal. Nyeri rheumathoid disebabkan karena sistem kekebalan tubuh menyerang jaringan pembentuk sendi. Nyeri rheumathoid arthritis terjadi biasanya pada pagi hari dan nyeri yang dirasakan biasanya bersifat nyeri kronis dan menahun. Untuk mengurangi nyeri dapat dilakukan terapi senam rematik karena senam rematik adalah terapi non farmakologi yang baik diberikan ketika lansia mengalami nyeri akibat rheumathoid arthritis, senam rematik menekan rasa sakit dengan cara melebarkan pembuluh darah sehingga pasokan oksigen dan nutrisi bisa lancar ke tubuh dan menghasilkan hormon endorfine sebagai pembentuk rasa nyaman sehingga nyeri bisa menurun.

**Tujuan :** Mengetahui pengaruh senam rematik untuk menurunkan nyeri pada penderita rheumathoid arthrithis.

**Metode :** Metode penelitian ini adalah *literature review*. Sumber data sekunder berupa artikel diambil dari tiga data base (*Google Scholar, Sciencedirect dan PMC*). Kriteria artikel yaitu jurnal maksimal terbitan 5 tahun terakhir, jurnal yang berbahasa Indonesia dan Inggris, original artikel dan tersedia *full teks*. Artikel yang layak untuk di *review* sebanyak 6 artikel yaitu lima berbahasa Indonesia dan satu artikel berbahasa Inggris.

**Hasil :** Hasil penelitian dari 6 artikel yang telah di *review* menunjukkan ada pengaruh senam rematik terhadap perubahan skala nyeri pada penderita rheumathoid arthrithis.

**Saran :** Senam lansia disarankan untuk dilakukan siapapun karena terapi ini tidak mengeluarkan banyak biaya. Terapi senam rematik ini juga dapat digunakan untuk meningkatkan mutu pelayanan keperawatan lansia di dalam masyarakat oleh perawat. Terapi senam lansia efektif dalam mengurangi nyeri pada penderita rheumathoid arthrithis

**Kata Kunci** : Rheumathoid Arthrithis, Senam rematik, Intensitas nyeri

**Daftar Pustaka** : 28 Pustaka (2012 -2021)

**University of Ngudi Waluyo**  
**S1 Nursing Study Program**  
**Final Project, January 2022**  
**Muhamad Atdi**  
**Purwoko**  
**012201017**

**“The Effect of Rheumatic Exercises to Reduce Pain in Rheumatoid Arthritis Patients in Review from the Literature Review”.**

### **ABSTRACT**

**Background:** Rheumatoid arthritis pain is pain that attacks the musculoskeletal area. Rheumatoid pain is caused by the body's immune system attacking the tissues that make up the joints. Rheumatoid arthritis pain usually occurs in the morning and the pain you feel is usually chronic and chronic. To reduce pain, rheumatic exercise therapy can be done because rheumatic exercise is a good non-pharmacological therapy given when the elderly experience pain due to rheumatoid arthritis. forming a sense of comfort so that pain can be reduced.

**Objective :** To Know the effect of rheumatic exercises to reduce pain in patient with rheumatoid arthritis

**Methods :** This research method is a literature review. Secondary data sources in the form of articles were taken from three databases (Google Scholar, Scimedirect and PMC). The criteria for articles are journals with a maximum publication of the last 5 years, journals in Indonesian and English, original articles and full text available. There are 6 articles that deserve to be reviewed, namely five in Indonesian and one in English.

**Results :** The results showed that from several journals that have been reviewed, it can be concluded that there is an effect of rheumatic exercise on changes in the pain scale in patients with rheumatoid arthritis.

**Suggestion :** Elderly exercise is recommended for anyone to do because this therapy does not cost much. Rheumatic gymnastics therapy can also be used to improve the quality of nursing services for the elderly in the community by nurses. Elderly exercise therapy is effective in reducing pain in patients with rheumatoid arthritis

**Key words :** Rheumatic gymnastics, pain intensity

**Bibliography :** 28 references (2012-2021)

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi berjudul:

**PENGARUH SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN NYERI  
PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS DITINJAU DARI  
LITERATURE REVIEW**

**Disusun oleh:**

**MUHAMAD ATDI PURWOKO**

**012201017**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah  
Diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, Januari 2022

**Pembimbing**



Ns. Sukarno, S. Kep., M. Kep  
NIDN. 0624128204

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**PENGARUH SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN NYERI  
PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS DITINJAU DARI  
LITERATURE REVIEW**

Disusun oleh:

**MUHAMAD ATDI PURWOKO**

**012201017**

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan

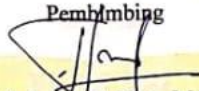
Universitas Ngudi Waluyo

Hari : Senin

Tanggal : 31 Januari 2022

Tim Penguji


Pembimbing

  
Ns. Sukarno, S. Kep., M.Kep.  
NIDN. 0624128204

Anggota/ Penguji I

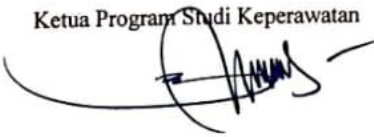
  
Ns. Faridah Aini, S. Kep., M.Kep., Sp. KMB.  
NIDN. 0629037605

Anggota/ Penguji II

  
Ns. M. Imron Rosyidi, S. Kep., M.Kep  
NIDN. 0606127804

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

  
Ns. Umi Aniroh, S. Kep., M. Kes.  
NIDN. 0614087402

Dekan Fakultas Kesehatan

  
  
Ns. Eko Susilo, S. Kep., M. Kep.  
NIDN. 062709501

## PERNYATAAN ORISIONALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Adli Purwoko  
NIM : 012201017  
Program studi / Fakultas : S1 Keperawatan / Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "PENGARUH SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS DITINJAU DARI LITERATURE REVIEW" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun diperguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak menjiplak karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dengan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sejujurnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, 31 Januari 2022

Yang membuat pernyataan

  
(Muhammad Adli Purwoko)

## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhamad Atdi Purwoko  
NIM : 012201017  
Program Studi / fakultas : S1 Keperawatan Transfer / Fakultas Kesehatan Universitas  
Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi waluyo untuk menyimpan , mengalih media/formatkan , merawat , mempublikasikan skripsi saya yang berjudul **“PENGARUH SENAM REMATIK UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PENDERITA RHEUMATOID ARTHRITIS DITINJAU DARI LITERATURE REVIEW”** untuk kepentingan akademik.

Semarang, Januari 2022

Yang membuat pernyataan



(Muhamad Atdi Purwoko)



## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

### **IDENTITAS DIRI**

Nama : Muhamad Atdi Purwoko  
Tempat/ Tanggal lahir : Temanggung / 4 September 1998  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Laki - Laki  
Alamat : Banyuurip, Bulu, Temanggung

### **RIWAYAT PENDIDIKAN**

1. TK RA Masyitoh : Lulus Tahun 2005
2. SD N 2 Ngadirejo : Lulus Tahun 2011
3. SMP N 1 Parakan : Lulus tahun 2014
4. SMA N 1 Candiroto : Lulus Tahun 2017
5. Akper Ngesti Waluyo (Stikes) : Lulus Tahun 2020
6. Universitas Ngudi Waluyo : 2020 – Sekarang

### **DATA ORANG TUA**

Nama Ayah : Kuswakhono  
Nama ibu : Eni Ekawati  
Pekerjaan : Wiraswasta  
Alamat : Banyuurip, Bulu, Temanggung

## KATA PENGANTAR

Assalamuallaikum Wr Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah pada junjungan kita nabi agung Muhammad SAW atas segala rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Senam Rematik untuk Menurunkan Nyeri pada Penderita Rheumathoid Arthrithis di Tinjau dari Literature Review”**. Dalam penyusunan Skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan serta batuan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan yang berbahagia ini penulis ingin menyampaikan penghargaan dan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum., selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep., selaku Dekan fakultas kesehatan Universitas Ngudi Waluyo
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes., selaku ketua prodi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu dan memberikan motivasi, dukungan serta arahan yang luar biasa bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan ibu dosen dan staff Universitas Ngudi Waluyo yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya bapak Kuswakhono dan ibu Eni Ekawati yang senantiasa mendoakan, memberikan semangat dan material selama ini. Terimakasih atas kasih sayang dan cintanya.
7. Kepada keluarga besar saya serta sahabat yang senantiasa menyemangati, memberikan inspirasi dan wejangan selama ini.

8. Kepada seluruh teman-teman PSIK Transfer angkatan 2020 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan dukungan, motivasi serta tempat berbagi selama pengerjaan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan serta keterbatasan, sehingga diharapkan kritik serta saran yang bersifat membangun sehingga skripsi ini menjadi semakin baik kedepannya. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Amin. Wassalamualikum  
Wr Wb.

Semarang, Januari 2022

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	vi
PENYATAAN KEORISIONALAN.....	vii
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	xv
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	10
BAB II METODE TINJAUAN ARTIKEL.....	11
A. Kata Kunci Pencarian Artikel.....	11
B. Sumber Data Artikel .....	11
C. Proses Penetapan Artikel .....	12
D. Jumlah dan Jenis Artikel yang di Dapat .....	14
E. Analisa Artikel.....	14
BAB III HASIL LITERATURE REVIEW .....	26
BAB IV PEMBAHASAN .....	37
A. Hasil .....	37
B. Implikasi Penelitian .....	42
BAB V PENUTUP.....	43
A. Kesimpulan.....	

B. Saran .....

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

