
**IMPLEMENTASI PENATALAKSANAAN NYERI DENGAN PEMBERIAN TERAPI
BACK MASSAGE PADA PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS**

Oleh

Tri Herlina Sari Rahayu¹, Prasanti Adriani²)¹Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa²Dosen Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan BangsaEmail: 1herlina811@gmail.com, 2pra.adriani@gmail.com**Abstrak**

Pendahuluan: Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun ke atas. Keadaan itu tampak pula pada semua *system musculoskeletal* dan jaringan lain yang dapat mengalami gangguan salah satunya Rheumatoid Arthritis. Rheumatoid Arthritis diakibatkan adanya *inflamasi kronik* mengenai sendi *sinovial* seperti kemerahan, kekakuan sendi, dan pembengkakan. Adanya nyeri membuat penderita seringkali takut untuk bergerak sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk penerapan terapi *back massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien Rheumatoid Arthritis. Metodologi: Penelitian merupakan studi kasus ini menggunakan metode deskriptif pada Ny. Y, serta untuk implementasi keperawatan yang dilakukan kepada Ny. Y adalah terapi *back massage* untuk mengurangi nyeri Rheumatoid Arthritis. Hasil: Hasil evaluasi intervensi yang diberikan kepada Ny. Y dengan menggunakan terapi *back massage* terdapat adanya pengaruh terapi *back massage* terhadap intensitas nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia dengan *mean* sebelum diberikan terapi *back massage*. Kesimpulan tersebut dapat disimpulkan analisis menunjukkan bahwa pemberian terapi *back massage* selama 3 x 24 jam pada lansia dengan Rheumatoid Arthritis ada perbedaan skala nyeri dari hasil pengukuran menggunakan skala nyeri numerik sebelum dan sesudah diberikan tindakan terapi *back massage* menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari skala 7 menjadi skala 3.

Kata Kunci: Lansia, Rheumatoid Arthritis, Back Massage**PENDAHULUAN**

Menjadi tua ditandai dengan adanya kemunduran biologis yang terlihat sebagai gejala-gejala kemunduran fisik, pendengaran dan penglihatan berkurang. Perubahan-perubahan akan oleh peneliti lain yg relevan dengan penelitian yang dilakukan. terjadi pada tubuh manusia sejalan dengan makin meningkatnya usia. Perubahan tubuh terjadi sejak awal kehidupan hingga usia lanjut pada semua organ dan jaringan tubuh. Keadaan demikian itu tampak pula pada semua *system musculoskeletal* dan jaringan lain yang yang dapat mengalami gangguan salah satunya Rheumatoid Arthritis (Fitriani, 2018).

Rheumatoid Arthritis adalah penyakit autoimun dan sistem imun yang menyebabkan

peradangan kronis pada sendi (Majdah Zawawil and Noriah Ramli, 2016). Sebagian besar masyarakat Indonesia menganggap remeh penyakit Rheumatoid Arthritis, karena sifatnya yang seolah-olah tidak menimbulkan kematian padahal rasa nyeri yang ditimbulkan sangat menghambat seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Nurwulan, 2017). Penyakit reumatik merupakan salah satu penyakit yang sering ditemui dalam masyarakat, salah satunya pada kelompok lanjut usia (lansia) yang ditandai dengan nyeri yang terjadi secara berulang-ulang pada persendian.

Angka kejadian Rheumatoid Arthritis pada tahun 2016 yang disampaikan oleh (*World Health Organization*) WHO adalah

mencapai 20% dari penduduk dunia, 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% adalah mereka yang berusia 55 tahun (Majdah Zawawil and Noriah Ramli, 2016). Sedangkan hasil (Kemenkes RI, 2018) prevalensi penyakit Rheumatoid Arthritis adalah 7,3%. Prevalensi nyeri Rheumatoid Arthritis di Indonesia mencapai 23,6% hingga 31,3% (Nurwulan, 2017). Prevalensi berdasarkan diagnosis dokter tertinggi di Aceh (13,3%). Prevalensi yang didiagnosa dokter lebih tinggi perempuan (8,5%) dibanding dengan laki-laki 6,1% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi jumlah penyakit di Jawa Tengah 25,5% (Nurwulan, 2017).

Adanya nyeri membuat penderita Rheumatoid Arthritis seringkali takut untuk bergerak sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Penyakit Rheumatoid Arthritis tidak dapat dibiarkan begitu saja karena Rheumatoid Arthritis merupakan penyakit kronik dan progresif. Komplikasi dari penyakit Rheumatoid Arthritis yaitu, dapat terjadinya kelumpuhan akibat pembengkakan pada sendi, tromboemboli pada pembuluh darah dan bisa terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah ke jantung yang dapat mengganggu kerja pacu jantung sehingga terjadinya henti jantung dan dapat menyebabkan kematian (Sya'diyah, 2018).

Tujuan pengobatan Rheumatoid Arthritis adalah untuk menghilangkan nyeri peradangan, mempertahankan fungsi sendi. Manajemen nyeri yang dialami pasien dapat dilakukan melalui intervensi farmakologi (pemberian obat anti inflamasi NSAID, glukokortikoid, terapi DMARD's dan analgesik) dan non farmakologi dengan pemberian terapi komplementer berupa kompres dan massage (Purwoastuti, 2009, dalam Pujastuti *et al* 2018).

Massage yang dapat dilakukan perawat untuk pasien Rheumatoid Arthritis adalah terapi back massage. Back massage digunakan untuk menurunkan nyeri pada pasien hipertensi, pasien post operasi abdomen, pada

ibu hamil dan pada pasien Rheumatoid Arthritis. Pada pasien Rheumatoid Arthritis tidak boleh dilakukan massage secara langsung pada area sendi yang mengalami pembengkakan, karena dapat memperparah kondisi pembengkakan pada sendi. Back massage merupakan tindakan massage pada punggung dengan usapan secara perlahan (Kenworthy et al, 2002, dalam Kristanto 2011).

Punggung merupakan tempat sumsum tulang belakang berada, dimana sumsum tulang belakang merupakan bagian dari Sistem Saraf Pusat/ SSP. Fungsi dari SSP adalah sebagai pengendali utama tubuh. Sehingga jika diberikan massage pada punggung dapat memberikan relaksasi pada otot dan sumsum tulang belakang. Sehingga sumsum tulang belakang akan menyampaikan implus ke otak, dan otak akan menyampaikan informasi ke seluruh tubuh sehingga dapat menyebabkan nyeri berkurang pada seluruh sendi (Pearce, 2017).

Fungsi back massage adalah memberikan sensasi relaksasi sehingga mengakibatkan terjadinya vasodilatasi pada pembuluh darah yang akan meningkatkan peredaran darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menunjang proses penyembuhan (Kusyati E, 2006, dalam Kristanto 2011). Untuk mempermudah proses pemijatan dapat dilakukan dengan menggunakan minyak pijat seperti: minyak kelapa, minyak zaitun, minyak pijat almond, minyak jojoba, minyak sereh dan minyak wijen (Orami, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian Suci and Pramono (2019) tentang Penerapan Terapi *Back Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Berdasarkan hasil yang di dapatkan pengkajian awal kedua responden didapatkan data intensitas nyeri skala 6 dan 5 (nyeri sedang), setelah dilakukan back massage selama 3 hari berturut-turut didapatkan data penurunan intensitas nyeri

yaitu pada Ny S yang awalnya skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 2. Pada Ny P yang awalnya intensitas nyeri skala 5 menjadi intensitas nyeri skala 2 dengan presentase yang berbeda pada Ny S 66,6%, sedangkan Ny P dengan presentase 60%. Rata-rata penurunan nyeri setelah dilakukan penerapan terapi back massage ini yaitu terdapat penurunan nyeri dengan rata-rata 2 (dua) skala nyeri.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk menerapkan inovasi terapi *Back Massage* terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien Rheumatoid Arthritis.

LANDASAN TEORI

Rheumatoid Arthritis (AR) merupakan penyakit peradangan sistemik kronis yang tidak diketahui penyebabnya dengan manifestasi pada perifer dengan pola simetris. Konsitusi gejala termasuk kelelahan, malaise dan kekakuan sendi pagi. Pada Rheumatoid Arthritis sering melibatkan o

rgan ekstra artikuler seperti kulit, jantung, paru paru dan mata. Rheumatoid Arthritis menyebabkan kerusakan sendi dan demikian sering menyebabkan dan kematian yang cukup besar (Noor, 2016).

Back Massage adalah salah satu teknik memberika tindakan massase pada punggung dengan usapan secara perlahan. Usapan dengan lotion atau balsam memberikan sensasi hangat dengan mengakibatkan dilatasi pada pembuluh darah lokal. Fase dilatasi pembuluh darah akan meningkatkan peredaran darah pada area yang diusap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menunjang proses penyembuhan luka (Kristanto, 2017).

METODE PENELITIAN

Dalam studi kasus ini menggunakan metode deskriptif untuk selanjutnya dianalisis dan diinterpretasikan. Rancangan dari studi kasus tergantung pada keadaan kasus namun tetap memperhitungkan penelitian waktu. Populasi Populasi dalam penelitian ini adalah

seluruh pasien Rheumatoid Arhitis di Wisma 6 pelayanan sosial lanjut usia dewanta cilacap, Pada penelitian ini hanya menggunakan 1 satu sampel, pemilihan sampel dilakukan pada semua lansia di Wisma 6 pelayanan sosial lanjut usia dewanta cilacap, yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi: lansia yang ditinggal di wisma 6, lansia yang menderita Rheumatoid Arhitis, lansia yang memiliki masalah Nyeri lutut dan tangan dan yang belum meminum obat nyeri. Kriteria eksklusi: Lansia menderita Rheumatoid Arhitis yang sudah minum obat nyeri, lansia yang tidak kooperatif. Klien bersedia dijadikan responden penelitian. Sehingga peneliti mengambil Ny. Y yang sesuai dengan kriteria sampel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan pengkajian pada tanggal 04 Januari 2022, didapatkan data NY. Y dengan usia 79 Tahun, jenis kelamin perempuan dengan pendidikan terakhir SD. lansia mengalami Rheumatoid arhitis, gejala yang dialami yaitu lansia nyeri kaki (lutut) dan tangan, mengalami nyeri persendian dirasakan terutama pada pagi hari, nyeri yang dirasakan Ny.Y terasa setelah melakukan aktivitas sedikit berat dan pada saat udara dingin. Pasien mengatakan jika tidak lagi kambuh Rheumatoid Arhitisnya mengikuti kegiatan yang diadakan panti dan Ny. Y mengatakan tidak ada anggota keluarganya yang memiliki penyakit menular seperti HIV, TBC dan tidak ada yang memiliki penyakit menurun seperti DM, Hipertensi dan penyakit menurun lainnya.

Lansia datang ke pelayanan sosial lanjut usia dewanta cilacap pada tanggal 17 Desember 2018 di wisma 6 karena hidup sendirian semenjak ditinggal suaminya pergi dan anaknya tidak tahu pada kemana, tidak ada yang mengurus dan sudah tidak sanggup bekerja lagi Ny. Y di bawa oleh saudaranya untuk tinggal di pelayanan social lanjut usia cilacap.

1. Pengaruh Back Massage Pada Rheumatoid arthitis

Lansia	Skala Nyeri	Skala Nyeri
	Sebelum intervensi	Sesudah intervensi
NY. Y	Skala 7	Skala 3

Sebelum dilakukan intervensi Pasien mengatakan tidak dapat melakukan aktivitas dan kadang dibantu oleh teman sekamarnya dan setelah dilakukan intervensi selama 3 x 24 jam Skala nyeri menjadi 3 dan Pasien sudah dapat melakukan aktivitas tanpa merasa nyeri dan dapat menerapkan *back massage* dibantu oleh teman satu wisma ataupun teman satu kamar.

2. Analisis Intervensi Keperawatan

Pasien yang merasakan nyeri akan memperlihatkan mimik muka yang menahan nyeri, adanya ungkapan nyeri, gelisah, adanya peningkatan frekuensi nadi dan tekanan darah (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Nyeri akut yang tidak diatasi akan berdampak pada penurunan kualitas tidur, penurunan daya konsentrasi, hingga adanya penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari (Novitasari & Wirakhmi, 2018). Implementasi yang dilakukan untuk mengatasi nyeri akut pada Ny Y adalah dengan manajemen nyeri. Manajemen nyeri dilakukan dengan mengidentifikasi lokasi, karakteristik durasi, frekuensi, kualitas, intensitas, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri non verbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri serta monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan. Tindakan manajemen nyeri secara terapeutik adalah dengan memberikan teknik non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri: (mis: akupuntur, terapi musik hipnosis, biofeedback, teknik imajinasi terbimbing, kompres hangat/dingin), kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri (mis: suhu ruangan, pencahayaan, kebisingan).

Edukasi yang di berikan kepada klien dengan cara anjurkan memonitor nyeri secara mandiri, ajarkan teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri Kolaborasi pemberian analgesik dilakuakn jika perlu (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2017).

Berdasarkan hasil analisis pengkajian keperawatan dasar pada kasus Rheumatoid Arhitis dengan Nyeri Akut berhubungan dengan Agen pencedera fisiologis pada NY. Y, perlu dilakukan tindakan mandiri keperawatan untuk membantu mengurangi rasa nyeri pada NY.Y, tindakan keperawatan yang akan dilakukan yaitu *back massage* dengan menggunakan metode chase study pengaruh *back massage* terhadap nyeri.

Penerapan intervensi tersebut diterapkan pada NY. Y dengan masalah Nyeri Akut berhubungan dengan Agen pencedera fisiologis dengan terapi *back massage*. *Back massage* diterapkan selama 3 hari, dengan mengajarkan kepada lansia di wisma 6 untuk melakukan terapi *back massage* saat lansia merasakan nyeri sendi terutama pada Ny. Y sehingga biasa dibantu oleh temanya saat sedang meredakan nyeri dengan menerapkan *back massage* untuk pengalihan nyeri.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, et al (2020) yang mengatakan bahwa ada perbedaan yang sangat bermakna atau ada pengaruh terapi *back massage* terhadap intensitas nyeri Rheumatoid Arhritis pada lansia dengan mean sebelum diberikan terapi *back massage*.

Hasil evaluasi selama 3 hari intervensi yang diberikan kepada NY. Y dengan menggunakan terapi *back massage* terdapat adanya pengaruh terapi *back massage* terhadap intensitas nyeri Rheumatoid Arhritis pada lansia dengan mean sebelum diberikan terapi *back massage* Hal ini berdasarkan dari hasil evaluasi selama 3 hari yang dimana lansia tidak dapat melakukan aktivitas setelah dilakukan intervensi lansia dapat melakukan aktivitas karena nyerinya sudah mulai berkurang.

KESIMPULAN

Masalah keperawatan utama pada Pasien NY. Y dengan Rheumatoid Arhitis. Kesimpulan dari responden tersebut dapat disimpulkan hasil analisis menunjukkan bahwa pemberian terapi back massage selama 3 x 24 jam bahwa terapi back massage pada lansia dengan Rheumatoid Arthritis ada perbedaan skala nyeri dari hasil pengukuran mengunakan skala nyeri numerik sebelum dan sesudah diberikan tindakan terapi *back massage* menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri. Pada responden yaitu Ny. Y yang sebelumnya belum diberikan terapi back massage, skala nyeri responden tersebut yaitu 7. Setelah diberikan terapi back massage selama kurang lebih 3 hari menunjukan adanya pengaruh back massage terhadap penurunan intensitas nyeri Rheumatoid Arthritis, yang sebelumnya skala nyeri responden 7 menjadi 3.

Adapun lansia mendapatkan obat yang diberikan yaitu diclofenac sodium 3x1 hari vitamin B komplek 2x1 sehari dan kalsium laktat. Sementara diminta untuk tidak mengonsumsi obat-obatan farmakologis. Tujuannya yaitu untuk mengetahui manfaat terapi back massage terhadap penurunan intensitas nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia.

Saran

Intervensi ini dapat dijadikan sebagai penatalaksanaan non farmakologis pada pasien Rheumatoid Arhitis. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan pengetahuan baru bagi perawat dan mahasiswa keperawatan, dalam meningkatkan ilmu keperawatan, sebagai sumber referensi dan bacaan terkait terapi *back massage* sebagai pengobatan alternatif untuk penderita Rheumatoid Arthritis. Diharapkan penderita Rheumatoid Arthritis untuk dapat memanfaatkan terapi *back massage* ini untuk mengurangi nyeri Rheumatoid Arthritis yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Hidayatus Sya'diyah (2018) *Keperawatan lanjut usia : teori dan aplikasi / Hidayatus Sya'diyah*. Sidoarjo : Indomedia Pustaka, 2018 ©2018.
- [2] Kemenkes RI (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', *Kemntrian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.
- [3] Majdah Zawawi1 and Noriah Ramli (2016) 'Penanganan Rheumatoid Arthritis dengan Pemeriksaan LED', pp. 31–48.
- [4] Nasution (2011) *Metode research (Penelitian Ilmiah)*. PALANGKARAYA: Rajagrafindo. Available at: https://perpustakaan.iahntp.ac.id:443/index.php?p=show_detail&id=119%0Ahttps://perpustakaan.iahntp.ac.id:443/images/docs/2012_Metode_Research.jpg.jpg.
- [5] Noor, Z. (2016) *Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal (e2)*. Jakarta: Salemba Medika.
- [6] Nurarifin, amin huda and Kusuma, H. (2015) *Aplikasi Asuhan Keperawatan berdasarkan Diagnosa IMedis & NANDA*. KOTA TASIKMALAYA: Mediacion. Available at: http://www.perpus.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php?p=show_detail&id=2778%0Ahttp://www.perpus.poltekkestasikmalaya.ac.id/lib/phpthumb/phpThumb.php?src=../images/docs/468921.jpg.
- [7] Nurwulan, E. (2017) 'Pengaruh Senam Rheumatoid Arthritis Terhadap Tingkat Nyeri Sendi Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis', pp. 1–15.
- [8] Pramono, W.H. and Suci L, Y.W. (2019) 'Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia', *Jkep*, 4(2), pp. 137–145. doi:10.32668/jkep.v4i2.263.
- [9] Putri, R.M., Lutfi, A. and Alinii (2020) 'Pengaruh Terapi Back Massage terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis pada lansia', *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 4(23), pp. 40–46.

-
- [10] Putri, R.R.I. (2019) ‘Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Keluarga Dengan Rheumatod Arthritis Karya Tulis Ilmiah’, *Jurnal Kesehatan*, 17(1), pp. 74–84.
- [11] Siahaan, P., Siagian, N. and Elon, Y. (2017) ‘Efektivitas Pijat Punggung Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arhritis Sedang Pada Wanita Lanjut Usia Di Desa Karyawangi Kabupaten Bandung Barat’, *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 3(1), p. 53. doi:10.35974/jsk.v3i1.580.
- [12] Simanjuntak, E.E. (2016) ‘Pengaruh rutinitas senam Rheumatoid Arhritis terhadap penurunan tingkat nyeri pada lansia yang menderita Rheumatoid Arhritis di panti sosial tresna werdha budi luhur jambi tahun 2015’, *Scienta Journal*, Vol. 7 No., pp. 20–24.
- [13] Suci, Y.W. and Pramono, W.H. (2019) ‘Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arhritis Pada Lansia’, *Artikel history*, Vol 4, No, pp. 135–147.