

**Program Studi Profesi Ners  
STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang**

Karya Ilmiah Ners, September 2023

**RAHMADIAH, S.Kep**

**Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.R Dengan *Arthritis Reumatoid* Yang Diberikan *Evidence Based Practice* Latihan *Range Of Motion* (ROM) Aktif Untuk Menurunkan Nyeri Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang**

X+145 halaman+1 tabel+3 lampiran

**ABSTRAK**

*Arthritis Reumatoid* adalah penyakit kronis yang menyebabkan nyeri, kekakuan gerak bengkak dan menyebabkan keterbatasan gerak sendi. Rematik dapat mempengaruhi banyak sendi. Lansia dengan penyakit rematik diberikan latihan *Range Of Motion* untuk membuat otot-otot jadi rileks, aliran darah menjadi lancar dan mencegah terjadinya kekakuan sendi, selain itu menurunkan intensitas nyeri, dapat membuat tulang menjadi lentur sehingga lansia dapat melakukan aktivitas fisik secara mandiri. *Range Of Motion* (ROM) adalah latihan gerakan sendi yang memungkinkan terjadinya kontraksi dan pergerakan otot, dimana klien menggerakkan masing-masing persendiannya sesuai gerakan normal baik secara aktif maupun pasif. Tujuan diberikan ROM ini yaitu untuk mempertahankan tingkat fungsi yang ada dan mobilitas ekstremitas yang sakit, mencegah kontraktur dan membuat lansia nyaman. Dari hasil evaluasi dapat disimpulkan bahwa latihan rentang *Range Of Motion* (ROM) dapat menurunkan intensitas nyeri pada lansia penderita rematik dan mampu meningkatkan kemandirian dalam melakukan aktivitas fisik. Penulis merekomendasikan bahwa pasien rematik diharapkan untuk dapat memanfaatkan latihan ROM ini untuk menurunkan nyeri dan meningkatkan kekuatan otot.

**Daftar pustaka** : (2012-2022)

**Kata kunci** : *Arthritis Reumatoid*, Nyeri, Latihan ROM, Lansia

**Nurse Professional Study Program**  
**MERCUBAKTIJAYA STIKES Padang**  
*Ners Scientific Work, September 2023*

**RAHMADIAH, S.Kep**

*Analysis of Nursing Care for Mrs. R With Rheumatoid Arthritis Who Was Given Evidence Based Practice Active Range Of Motion (ROM) Exercises To Reduce Pain In The Elderly In The Air Cool Padang Health Center Work Area.*

*X+145 pages+1 tables+3 appendices*

#### **ABSTRACT**

*Rheumatoid arthritis is a chronic disease that causes pain, stiffness, swelling and causes limitations in joint motion. Rheumatism can affect many joints. Elderly with rheumatic diseases are given active range of motion (ROM) exercises to relax the muscles, smooth blood flow and prevent joint stiffness, besides reducing pain intensity, can make bones flexible so that the elderly can carry out physical activities independently. Range Of Motion is a joint movement exercise that allows muscle contraction and movement, where the client moves each joint according to normal movement both actively and passively. The purpose of this ROM is to maintain the existing level of function and mobility of the affected limb, prevent contractures and make the elderly comfortable. From the evaluation results, it can be concluded that Range of Motion (ROM) training can reduce pain intensity in elderly people with rheumatism and can increase independence in carrying out physical activities. The author recommends that rheumatic patients are expected to be able to utilize ROM exercises to reduce pain and increase muscle strength.*

**References** : (2012-2022)

**Keywords** : **Rheumatoid Arthritis, Pain, ROM Exercise, Elderly**