



Studi Kasus Penerapan Terapi Back Massage pada Lansia untuk Mengurangi Skala Nyeri pada Pasien Reumatik di Dusun Batu Basong 2 Desa Sentalangu

Sudirman¹, Maruli Tafandas¹

¹*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar Lombok Timur, Indonesia*

Korespondensi: Sudirman

Email: sudirmansaid300824@gmail.com

Alamat : Desa Rarang, kecamatan Terara

ABSTRAK

Tujuan: Studi Kasus Ini Bertujuan Untuk Mengetahui ” Penerapan Terapi Back Massage Pada Lansia Untuk Mengurangi Skala Nyeri Pada Pasien Reumatik Di Dusun Batu Basong 2 Desa Sentalangu”.

Metode: Studi Kasus Asuhan keperawatan pemberian terapi *slow back masage* untuk menurunkan skala nyeri Reumatik.

Hasil: Nyeri Rematoid pada klien sudah menurun dan mereda apabila telah dilakukan *slow back masage* selama 3 hari berturut turut.

Kesimpulan: Asuhan keperawatan keluarga pada pasien dengan masalah nyeri Rheumatoid setelah diberikan intervensi *slow back massage* selama 3 x 24 jam dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien dan memperbaiki kualitas hidupnya, dari hasil diatas dapat disimpulkan *slow back massage* dapat mengurangi skala nyeri pada pasien Rheumatoid.

Kata Kunci: Slow Back Masage, Nyeri , Rematik, Lansia

Pendahuluan

Proses menua merupakan proses alami yang disertai adanya penurunan fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Seseorang yang berusia lanjut akan mengalami perubahan-perubahan akibat penurunan fungsi sistem tubuh (Ekasari, 2019).

Walaupun proses penuaan benar adanya dan merupakan sesuatu yang normal, akan tetapi pada kenyataannya, proses ini lebih menjadi beban bagi orang lain dibandingkan proses lain yang terjadi, sehingga berbagai upaya dilakukan untuk menghambat proses tersebut (Triningtyas, 2018)

Pada tahun 2019 berdasarkan data Perserikaaan Bangsa- bangsa (PBB) tentang *World Population Ageing* total keseluruhan jumlah lansia 705 juta atau 9,18%. Badan Pusat Statistik (BPS, 2022) melaporkan, persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 10,48%. Angka tersebut turun 0,34% poin dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang mencapai 10,82%.

Pada Provinsi Nusa Tenggara Barat Menurut jenis kelamin, lansia laki-laki pada 2022 mencapai 47,88 persen (229.051 jiwa) dari dan lansia perempuan sebesar 52,12 persen (249.334 jiwa) dari total penduduk lansia di NTB, pada Kabupaten Lombok Timur jumlah lansia dengan kategori usia > 60 tahun sebanyak 436.859 jiwa (BPS, 2022), data dari dukcapil lombok timur menyatakan jumlah penduduk usia > 50 tahun dikecamatan wanasaba sebanyak 5524 orang (Dukcapil lombk timur, 2020)

Masalah yang sering muncul pada lansia adalah penurunan kemampuan fisik dan berbagai penyakit diantaranya adalah gangguan muskuloskeletal seperti rematik. Rematik adalah penyakit inflamasi sistemik kronis, inflamasi sistemik yang dapat mempengaruhi banyak jaringan dan organ, terutama menyerang fleksibel (sinovial) sendi, dan dapat menyerang siapa saja yang rentan terkena penyakit rematik. Oleh karena itu, perlu mendapatkan perhatian yang serius karena penyakit ini merupakan penyakit persendian sehingga akan mengganggu aktivitas seseorang dalam kehidupan sehari-hari (Harahap, 2022)

Menurut WHO, 2018 Angka kejadian Rheumatoid Arthritis mencapai angka 20% dari penduduk dunia, rata-rata terjadi pada usia 55 tahun ke atas, di Indonesia Terjadia peningkatan angka kejadian Rheumatoid Arthritis setiap tahunnya. Mulai dari tahun 2015 sebanyak 72.675 kasus sampai dengan tahun 2019 menjadi 102.995 kasus, sehingga mengalami peningkatan sebesar 30.320 kasus (Kemenkes RI, 2019)

Sementara untuk prevalensi penyakit rheumathoid arthritis di Provinsi Nusa Tenggara Barat tepatnya di Lombok Barat sebesar 6,42%, Lombok tengah 6,84%, Lombok timur 5,21%, Sumbawa 7,44%, Dompu 10,30%, Bima 9,59%, Sumbawa barat 5,16%, Lombok utara 8,76%, Mataram 8,46% (Hayati, 2023)

Penyakit rematik merupakan penyakit yang banyak dijumpai di masyarakat, khususnya pada orang yang berumur 40 tahun keatas. Lebih dari 40 % dari golongan umur tersebut menderita keluhan nyeri sendi otot (Akbar, 2022)

Pada rheumathoid arthritis, nyeri dan inflamasi disebabkan oleh terjadinya proses imunologi pada sinovium yang menyebabkan sinovitis dan pembentukan pannus yang akhirnya menyebabkan kerusakan sendi (Manulang, 2022)

Strategi yang digunakan dalam penatalaksanaan nyeri di antaranya adalah menggunakan pendekatan manajemen farmakologi dan non farmakologis, farmakologi seperti penggunaan obat penurun nyeri, dengan mengonsumsi obat-obat analgetik seperti pemberian Obat Anti Inflamasi Nonsteroid (OAINS) (Jayadi, 2022) adapun cara non farmakologi menurunkan nyeri antara lain salah satu metode yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri pada penderita rheumathoid adalah slow back Massage, Slow back massage merupakan salah satu teknik yang

dilakukan menggunakan cara masase (usapan) punggung yang perlahan serta sentuhan. Masase atau sentuhan merupakan satu tindakan memberi kenyamanan yang bisa meringankan ketegangan, menenangkan seseorang dan meningkatkan peredaran darah (Ardiansyah, 2021) Teknik slow back massage ini menyebabkan terjadinya pelepasan endorfin, sehingga membatasi jalan stimulus nyeri (Ningsih, 2024).

Beberapa penelitian juga telah mengidentifikasi manfaat dari massage punggung antara lain penurunan secara bermakna pada intensitas nyeri dan kecemasan serta perubahan positif pada denyut jantung dan tekanan darah yang mengindikasikan relaksasi pada pasien lansia. Di samping itu penggunaan terapi non farmakologis ini tidak mempunyai efek samping berarti dan mudah dalam pengaplikasiannya (Juliandi, 2022).

Tujuan

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Dusun Batu Basong 2 Desa Sentalangu dengan metode wawancara dengan 1 lansia, mengatakan sering mengalami nyeri pada area lutut dan pinggang. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan Terapi Back Massage Pada Lansia Untuk Mengurangi Skala Nyeri Pada Pasien Reumatik Di Dusun Batu Basong 2 Desa Sentalangu melalui pendekatan asuhan keperawatan lansia, kasus ini menarik karena klien merupakan penderita osteoarthritis sejak berusia 50 tahun dan sering merasa nyeri ketika beraktifitas.

Metode

Metode yang digunakan dengan desain studi kasus dilakukan secara deskriptif, dimana dalam studi kasus ini akan menjelaskan tentang kasus yang dialami oleh pasien dengan osteoarthritis. Studi kasus dilakukan pada satu orang lansia yang berada Dusun Batu Basong 2 Desa Sentalangu. Penelitian ini mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan lansia pada pasien yang mengalami rheumatoid, pemberian asuhan keperawatan lansia dilakukan selama 1 minggu dengan intervensi 3 x 24 jam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penerapan Terapi Back Massage Pada Lansia Untuk Mengurangi Skala Nyeri Pada Pasien Reumatik Di Dusun Batu Basong 2 Desa Sentalangu.

Tahapan asuhan keperawatan meliputi lansia meliputi tahap pengkajian, intervensi, implementasi, dan evaluasi, pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara. Proses wawancara dilakukan untuk menggali keluhan yang dirasakan lansia dengan menggunakan format pengkajian friedman. Penetapan diagnose keperawatan dan perencanaan keperawatan menggunakan Standar Dianosa Keperawatan (SDKI) Standar Luaran Keperawatan (SLKI) dan Standar Intervensi Keperawatan (SIKI). Tahap selanjutnya adalah implementasi dan evaluasi. Tahap implementasi adalah tahap pelaksanaan rencana yang ditetapkan sebelumnya. Setelah masuk bagian implementasi maka menjadi kalimat perintah yang dimana rencana harus ditetapkan kepada klien, setelah diimplentasikan dari tindakan ke klien. Tahap evaluasi menggunakan metode (SOAP) dimanahasil tindakan yang dibawa ke klien bisa memmbawa perubahan dan meningkatkan drajat kesehatan klien. Tahap terakhir adalah dokumentasi, peneliti mengumpulkan semua perubahan tingkat kesehatan yang dirasakan oleh lansia.

Hasil dan Pembahasan

Pengkajian

Klien Ny. B berusia 63 tahun, Dengan diagnosis rheumathoid sejak berusia 53 tahun. Sebelum dilakukan intervensi slow back massage klien mengatakan serng mengalami nyeri ketika terlalu banyak beraktifitas dan mengangkat benda berat, nyeri dirasakan seperti ditusuk tusuk, nyeri paling sering dirasakan pada area pinggul dan lutut, klien mengatakan sekala nyeri 7 dan nyeri hilang timbul. Klien tampak meringis, gelisah ketika nyeri timbul.

Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan yang muncul adalah nyeri kronis b.d kondisi musculuskleal kronis
Data Subjektif:

Ny. R tampak meringis kesakitan Data Objektif:

P : Nyeri dirasakan Ketika banyak beraktifitas dan mengangkat benda berat

Q : Nyeri dirasakan seperti ditusuk tusuk

R : Nyeri paling sering dirasakan pada pinggul dan lutut

S : Nyeri Skala 7

T : Nyeri Hilang Timbul

3. Intervensi

Label luaran yang digunakan berdasarkan kasus dan diagnose adalah nyeri menurun (L.08066) (SDKI, 2018). Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3 x 24 jam, maka tingkat nyeri yang dialami klien menurun.

Label intervensi keperawatan yang ditegakan adalah manajemen nyeri (I.08238), salah satu intervensi yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan Standar Intervensi keperawatan (SIKI) slow back massage.

Implementasi keperawatan

Tindakan yang sudah di lakukan oleh peneliti untuk mengurangi nyeri yang dialami oleh klien di antaranya adalah pemantauan tanda-tanda nyeri dengan cara mengukur tempat, karakter, durasi, frekuensi, kualitas, keparahan nyeri dan faktor pemicu nyeri, selain itu penelititi juga melakukan slow back masage kepada klien slow back massage merupakan tehnik integrasi sensoris yang mempengaruhi aktivitas sistem syaraf otonom yang dapat mengurangi sensasi nyeri.

Peneliti dan pasien bersepakat untuk membuat jadwal kegiatan melakukan slow back massage selama 3 hari. Saat proses pembelajaran berlangsung pasien sangat kooperatif dan mampu melakukan slow back massage secara mandiri sehingga tidak ada kendala dalam melakukan tindakan.

Evaluasi

Dari hasil implementasi yang sudah dilakukan peneliti pada Ny. B, Evaluasi akhir didapatkan data bahwa nyeri rheumathoid pada klien sudah menurun dan mereda apabila telah dilakuan slow back massage selama 3 hari berturut turut. Rencana keperawatan tindak lanjut mengatasi masalah ini adalah dengan menganjurkan klien banyak istirahat dan membiasakan diri melakukan slow back massage jika nyeri datang kembali dan teratur minum obat untuk proses penyembuhan.

Berdasarkan hasil dari asuhan keperawatan lansia yang telah diberikan selama 1 minggu, didapatkan bahwa penerapan slow back massage dapat mengurangi nyeri pada lansia penderita

rheumatoid. Usia pertengahan cenderung akan mengalami penurunan aktifitas dan berlanjut sampai tua karena terjadinya penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan.

Rheumatoid Arthritis merupakan Penyakit yang menimbulkan rasa nyeri dan kaku pada sistem muskuloskeletal yang terdiri dari sendi, tulang otot, dan jaringan ikat. Rheumatoid Arthritis dapat menyerang hampir semua sendi, tetapi yang paling sering adalah sendi pergelangan tangan, buku-buku jari, lutut, dan engkel kaki.

Slow back massage, massase merupakan tehnik integrasi sensoris yang mempengaruhi aktivitas sistem syaraf otonom. Massase punggung merupakan intervensi non farmakologis dengan menggunakan pendekatan secara fisik, penggunaan massase punggung tidak mempunyai efek samping berarti dan mudah dalam mengaplikasikannya (Kusyanti dalam Achjar, 2016).

Pengaruh Stimulasi Kutaneus Slow-Stroke Back Massage meliputi pelebaran pembuluh darah dan memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Dengan cara ini penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat yang tidak terpakai akan diperbaiki. Jadi akan timbul proses pertukaran zat yang lebih baik (Siregar, 2023).

Pada otot-otot, memiliki efek mengurangi ketegangan, meningkatkan relaksasi fisik dan psikologis, penggunaan stimulus kutaneus yang benar dapat mengurangi persepsi nyeri dan membantu mengurangi ketegangan otot yang dapat meningkatkan nyeri, penurunan intensitas nyeri, kecemasan. Tekanan darah, dan denyut jantung secara bermakna (Nopiasari, 2017).

Kesimpulan

Ashuan keperawatan keluarga pada pasien dengan masalah nyeri Rheumatoid setelah diberikan intervensi slow back massage selama 3 x 24 jam dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien dan memperbaiki kualitas hidupnya, dari hasil diatas dapat disimpulkan slow back massage dapat mengurangi skala nyeri pada pasien Rheumatoid.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada semua yang berpartisipasi dalam penelitian ini besar harapan peneliti agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat serta peneliti selanjutnya.

Daftar Pustaka

1. Akbar, F., Nur, H., & Hardika, I. (2022). Pengalaman Pengasuh Dalam Merawat Lansia Dengan Penyakit Kronis Rematik Di Wilayah Jangkauan Lks Lu Mandar Indonesia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(1), 880-887.
2. Ardiansyah, R., Hermansyah, H., Idramsyah, I., Septiyanti, S., & Hariadi, E. (2021). Literature Review: Efektifitas Stimulasi Kutaneus Slow Strokbackmassage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Osteoarthritis Pada Lansia.
3. Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi. Wineka Media.
4. Harahap, A. (2022). Ashuan Keperawatan Ny. R Pada Gangguan Sistem Muskuloskeletal: Rheumatoid Arthritis Dengan Memberikan Senam Rematik Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Di Puskesmas Batang Pane li Kec. Halongonan Timur Kab. Padang Lawas Utara Tahun.

5. Hayati, N. (2023). Pengaruh Senam Rematik Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Arthritis Rheumatoid Di Wilayah Kerja Puskesmas Terara (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hamzar).
6. Jayadi, S. (2023). Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dengan Slow Back Massage Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Desa Korleko Selatan Wilayah Kerja Puskesmas Korleko (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hamzar).
7. Juliandi, J., Siswati, S., & Indarsita, D. (2022). Pelaksanaan Slow-Stroke Back Massage Terhadap Lansia Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Osteoarthritis. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 233-237.
8. Kemenkes Ri. (2019). Profil Kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan Indonesia. In Pusdatin.Kemendes.Go.Id. https://doi.org/10.5005/Jp/Books/11257_5
9. Manullang, C. S. (2022). Penerapan Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Kecemasan Pada Penderita Rheumatoid Arthritis: Studi Kasus.
10. Ningsih, S. W., & Sari, A. S. (2024). Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dengan Slow Back Massage Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Ppslu Mandalika Mataram. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 19(2), 15-19.
11. Nopiasari, I. (2017). Pengaruh Stimulasi Kutaneus: Slow-Stroke Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Nifas Rsud Dr. R. Soedjono Selong (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hamzar).
12. PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Indikator Diagnostik, Edisi 1 Cetakan Iii (Revisi). Jakarta: Ppni.
13. PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan Keperawatan, Edisi 1 Cetakan Ii. Jakarta: Ppni.
14. PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1 Cetakan Ii. Jakarta: Ppni.
15. Rahman, I. A., Nurapandi, A., Sundewi, A., Setiawan, H., & Rahayu, R. (2024). Website-Based Adolescent Mental Health Disorders Screening Application Design. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(5), 2799-2810.
16. Siregar, E. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Ny. B Dengan Gangguan Muskuloskeletal: Rematik Dengan Terapi Back Massage.
17. Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2018). Mengenal Lebih Dekat Tentang Lanjut Usia. CV. Ae Media Grafika.
18. Ikhsan, M., & Bashir, A. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Distres Spiritual pada Lansia di Kemukiman Keumala Dalam Kecamatan Keumala Kabupaten Pidie. *INDOGENIUS*, 3(2), 57-66.