

Penerapan Terapi *Back Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia

Alya Putri Prasetyaningsih¹, Anjar Nurrohmah²

^{1,2} Universitas Aisyiyah Surakarta, Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Jawa, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57146, telp/fax : (0271) 631141
e-mail: 1alyaputri1102002@gmail.com,

Abstrak

Latar Belakang: Lansia adalah tahap akhir perkembang, dikatakan lansia ketika usia diatas 60 tahun atau lebih. Salah satu penyakit yang sering menyerang pada lansia yaitu penyakit persendia atau *Rheumatoid Arthritis* (RA). Salah satu terapi non farmakologi yang diberikan pada penderita rematik adalah terapi *Back Massage*. *Back Massage* merupakan salah satu teknik pemberian tindakan massase pada punggung dengan usapan secara perlahan yang memberikan rasa nyaman dan rasa rileks pada tubuh. Tujuan: Mengetahui hasil perubahan dari penerapan terapi *back massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada lansia. Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada 2 responden di Desa Kepoh, Sambi, Boyolali yang mengalami *Rheumatoid Arthritis* (RA), dilakukan 1 kali dalam sehari selama 3 hari berturut turut selama 15 menit. Hasil: Adanya penurunan intensitas nyeri rematik setelah pemberian terapi pada Ny. N dari skala nyeri 6 menjadi skala nyeri 3 dan pada Ny. S dari skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 3. Kesimpulan: Penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi *back massage* terdapat perubahan pada intensitas nyeri pada kedua responden.

Kata kunci—Lansia, Rematik, *Back Massage*.

Abstract

Background: Elderly is the final stage of development; someone is said to be elderly when they are 60 years old or more. One of the diseases that often attacks the elderly is joint disease or Rheumatoid Arthritis (RA). One of the non-pharmacological therapies given to rheumatoid arthritis sufferers is back massage therapy. Back Massage is a technique for giving massage action on the back with gentle strokes, which gives a feeling of comfort and relaxation to the body. Objective: To figure out the results of changes from the application of back massage therapy to reducing pain intensity in the elderly. Methods: This study uses a descriptive research design with a case study approach with 2 respondents in Kepoh Village, Sambi, Boyolali who had Rheumatoid Arthritis (RA), carried out once a day for 3 consecutive days for 15 minutes. Result: There was a decrease in the intensity of rheumatic pain after giving therapy to Mrs. N from a pain scale of 6 to a pain scale of 3 and to Mrs. S from a pain scale of 5 to a pain scale of 3. Conclusion: The application shows that after back massage therapy, there is a change in pain intensity in both respondents.

Keywords—Elderly, Rheumatism, *Back Massage*

PENDAHULUAN

Data lansia pria dan wanita pada 2021 yang telah mencapai usia 60-69 tahun di Indonesia yaitu 63,65% dari total penduduk Indonesia. Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2021 di Jawa Tengah berjumlah 14,17% penduduk lansia (Badan Pusat Statistik, 2021). Selama ini *Rheumatoid Arthritis* (RA) menjadi salah satu penyakit yang diderita oleh lansia. Riset Kesehatan Dasar menunjukkan jumlah penderita *Rheumatoid Arthritis* (RA) di Indonesia mencapai 7,30% dari total penduduk yang ada di Indonesia. Pravelensi dari Riset kesehatan dasar

(2018) yang terjadi di Jawa Tengah berjumlah 6,78% dari jumlah penduduk di Jawa Tengah. Prevalensi *Rheumatoid Arthritis* semakin meningkat dengan seiring bertambahnya usia yaitu pada umur 55-64 tahun berjumlah 15,55%, umur 65-74 tahun berjumlah 18,63%, dan diatas umur 75 tahun mencapai hingga 18,95% (RISKESDAS, 2018). Jumlah kasus lansia Boyolali yang menderita *Rheumatoid Arthritis* berjumlah 1036 kasus dan termasuk dalam 10 penyakit yang paling banyak diderita oleh lansia(Dinkes Boyolali, 2018). Berdasarkan data dari puskesmas Sambi pada tahun 2022 sampai Maret 2023 lansia yang mengalami rematik berjumlah 156 lansia yang melakukan pemeriksaan di puskesmas Sambi.

Penyebab dari rematik itu belum diketahui secara pasti, namun diketahui bahwa terjadinya penyakit ini karena adanya interaksi antara faktor genetik (endogen) dan lingkungan (eksogen). Interaksi tersebut bisa menyebabkan reaksi kaskade proses imunologi yang diperkirakan sudah dimulai dari beberapa tahun sebelum gejala klinik muncul. Faktor lingkungan yang berperan dalam penyebab rematik yaitu infeksi, merokok dan masih banyak lagi(Hidayat, 2021). Proses munculnya rasa sakit pada penderita rematik terutama pada lansia membuat pasien penderita rematik merasa takut untuk bergerak dan menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari dan juga penurunan produktivitas (Royani 2021). Dampak jangka panjang dari rematik yaitu adanya kerusakan pada sendi dan disabilitas yang banyak mengenai penduduk pada usia penduduk produktif sehingga memberikan dampak yang sangat besar pada sosial dan ekonomi(Hidayat, 2021). Efek dan masalah yang disebabkan rematik tidak hanya pada mobilitas yang dibatasi secara tegas sampai yang paling menakutkan yaitu menyebabkan kecacatan seperti kelumpuhan dan gangguan fungsi kehidupan sehari-hari. Karenanya, terapi yang akan diberikan yaitu yang mengarah pada terapi yang menangani nyeri tersebut. (Juli, 2020)

Salah satu metode nonfarmakologi yaitu pijat punggung atau *Back Massage* yang merupakan salah satu jenis terapi pijat yang paling disukai dan yang paling umum. Pijat punggung hanyalah cara yang dijamin dapat meredakan stres dari tubuh. Cara pijat yang benar akan mendapatkan hasil yang maksimal. Manfaat dari pijat punggung yaitu dapat menciptakan kebugaran mental dan pikiran rileks. Perasaan akan menjadi lebih muda dan akan terasa disepanjang otot-otot punggung yang sebelumnya terasa tegang dan nyeri. Serabut otot yang sebelumnya kaku dan tegang menjadi lentur, sehingga pada peredaran darah akan semakin lancar. Terapi ini paling baik menggunakan pelumas untuk meminimalkan esensial dengan aroma yang menenangkan (Komalasari, 2022). Didapatkan hasil dari penelitian sebelumnya Cahyanto dan Nita (2020) tentang “ Pengaruh Terapi *Back Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Penderita Rematik” berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil adanya penurunan intensitas nyeri pada lansia rematik dari sebelum pemberian terapi *Back Massage* dengan skala nyeri sedang 7 pasien, skala nyeri berat 3 pasien, setelah diberikan terapi *Back Massage* menjadi skala nyeri ringan 6 pasien, skala nyeri sedang 4 pasien. Hasil dari penelitian Komalasari (2022), menunjukkan bahwa sebelum pemberian terapi *Back Massage* terdapat 2 responden mendapatkan nyeri sedang dan terdapat 2 responden mendapatkan nyeri berat, setelah pemberian terapi *Back Massage* terdapat 2 responden dengan nyeri sedang dan 2 responden dengan nyeri ringan. Bisa disimpulkan bahwa Penerapan Terapi *Back Massage* efektif terhadap penurunan intensitas nyeri *Rheumatoid Arthritis* pada lansia.

Hasil studi pendahuluan penulis di puskesmas sambi dalam 3 bulan terakhir bulan januari sampai bulan maret 2023 terdapat 48 lansia mengalami *Rheumatoid Arthritis*. Hasil wawancara pada beberapa lansia di wilayah kerja Puskesmas Sambi tepatnya di desa kepoh, Kecamatan Sambi, terdapat beberapa lansia yang mengalami rematik dan sebagian lansia mengatakan belum mengetahui cara pengobatan secara nonfarmakologi. Dari hasil wawancara 5 penderita rematik di desa kepoh, 2 lansia diantaranya mengalami nyeri rematik berat mengurangi nyeri dengan cara mengonsumsi obat dari puskesmas, 2 lansia nyeri sedang mengurangi nyeri dengan cara mengoleskan minyak, 1 lansia nyeri ringan hanya dibiarkan saja. penderita mengatakan belum mengetahui cara untuk mengurangi nyeri dengan cara terapi *Back Massage*. Apabila masyarakat mengetahui dan memahami tentang terapi yang dapat mengurangi nyeri contohnya terapi *Back Massage* baik pengertian, manfaat, dan pelaksanaannya maka akan memberikan dampak yang positif.

METODE PENELITIAN

a. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *pre test and post test* desain, dimana penelitian ini membandingkan hasil intervensi terapi *Back Massage* pada lansia yang sempelnya diobservasi terlebih dahulu sebelum diberikan penatalaksanaan dan setelah diberikan penatalaksanaan dilakukan observasi kembali. Jenis penelitian ini adalah deskriptif salam bentuk rancangan yang digunakan dalam melakukan studi kasus untuk mengeskplor penerapan terapi *Back Massage* terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia.

b. Subjek Penelitian

Subjek penelitian terdiri dari 2 lansia yang menderita nyeri rematik yang berada di wilayah Sambi yaitu :

1. Kriteria inklusif
 - a. Lansia yang memiliki penyakit rematik dari data puskesmas setempat.
 - b. Lansia yang bersedia diberikan terapi *Back massage*.
 - c. Lansia dengan umur 60 tahun.
 - d. Lansia yang menderita nyeri sedang dan nyeri ringan.
2. Kriteria eksklusif yang dipakai dalam penelitian diantara lain:
 - a. Lansia dengan luka pada punggung
 - b. Lansia yang mengkonsumsi obat rematik atau obat analgetik
 - c. Lansia yang menderita nyeri berat.

c. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur
1.	Terapi <i>Back Massage</i>	Terapi yang diberikan yaitu dengan gerakan <i>stroking, eflurage, petrissage, friction, walken, tapotemen</i> yang dilakukan sehari sekali selama 15 menit, dilakukan saat pagi hari selama 3 hari.	-	-
2.	Intensitas Nyeri Rematik	Perasaan tidak nyaman pada seorang yang mengalami nyeri rematik. Diukur pada saat sebelum melakukan tindakan dan sesudah dilakukan tindakan terapi <i>Back massage</i> .	<i>Numeric rating scale</i>	Hasil dari pengukuran nyeri dengan angka yaitu : <ol style="list-style-type: none"> a. 0 menunjukkan tidak nyeri b. 1-3 nyeri ringan c. 4-6 nyeri sedang d. 7-9 nyeri berat e. 10 menunjukkan nyeri tidak terkontrol.

d. Tempat dan Waktu Penelitian

Pelaksanaan penerapan terapi *Back massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien rematik dilaksanakan pada:

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini akan dilakukan di wilayah puskesmas Kepoh, Sambi, Boyolali, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Juni 2023

e. Pengumpulan Data

1. Prosedur pengambilan data :

a. Persiapan

1. Mengurus permohonan surat pengantar penelitian dari institusi Universitas 'Aisyiyah Surakarta
2. Mengurus perijinan lokasi yang akan dilakukan penelitian
3. Setelah mendapat perijinan dari pengurus wilayah, maka penelitian dimulai.

b. Pelaksanaan

1. Memilih responden sesuai dengan kriteria. Bina hubungan saling percaya (BHSP).
2. Melakukan pengkajian pada responden.
3. Melakukan pendekatan pada responden dengan menjelaskan manfaat dari penerapan *back massage* terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita rematik
4. Menanyakan kepada responden apakah paham tentang langkah-langkah terapi *back massage*.
5. Penerapan pada hari pertama dilakukan pada pagi hari dengan menanyakan skala nyeri terlebih dahulu. Kemudian responden diberikan tindakan selama 15 menit, setelah diberikan tindakan menanyakan skala nyeri kembali.
6. Penerapan hari kedua juga akan dilakukan pada pagi hari selama 15 menit, dan menanyakan skala nyeri sebelum dilakukan tindakan dan sesudah dilakukan tindakan.
7. Penerapan hari terakhir juga dilakukan saat pagi hari dengan menanyakan skala nyeri terlebih dahulu dan dilanjutkan dengan pemberian terapi selama 15 menit, kemudian menanyakan kembali intensitas skala nyeri sesudah diberikan terapi *back massage*.

c. Pendokumentasian

1. Mengontrol keteraturan responden dalam terapi *back massage*.
2. Mendokumentasikan pada lembar observasi.
3. Membandingkan hasil sebelum dan sesudah dilakukan terapi *back massage*.

d. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yaitu alat yang digunakan dalam pengumpulan data . macam alat pengumpulan data ini tergantung pada macam dan tujuan penelitian serta data yang akan diambil (penelitian). Pada penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa : *Numeric rating scale*, lotion/balsem.

f. Cara Pengelolaan Data

1. *Editing*

Editing merupakan upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau disimpulkan. Memeriksa kembali identitas responden, hasil pengkajian, dan hasil observasi intensitas nyeri rematik.

2. *Tabulating*

Tabulating adalah pembuatan tabel yang berisi data yang telah diberikan sesuai dengan analisis yang dibutuhkan. Tabel yang akan disajikan yaitu tabel intensitas nyeri sebelum pemberian terapi dan sesudah pemberian terapi *back massage*.

3. Analisa Data

Analisa data dalam penelitian ini adalah analisa deskriptif. Analisa deskriptif yaitu suatu prosedur pengolahan data dengan menggambarkan dan meringkas data secara ilmiah dalam bentuk tabel. Tabel yang akan diperiksa merupakan tabel untuk membandingkan data sebelum dan sesudah pemberian terapi *back massage*.

4. Penyajian Data

Penyajian data disajikan secara deskriptif dalam laporan KTI. Hasil observasi disajikan dalam bentuk tabel sebelum dan sesudah penerapan terapi *back massage*, contohnya tabel observasi tingkat nyeri pre dan post setelah dilakukan terapi *back massage*.

g. Etika Penelitian

Etika penelitian keperawatan merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian karena berhubungan langsung dengan manusia. Maka segi etika penelitian harus diperhatikan. Dibawah ini masalah etika yang harus diperhatikan yaitu :

1. *Informed Consent* (Lembar Persetujuan)

Sebelum lembar persetujuan diberikan kepada responden, terlebih dahulu peneliti memberikan penjelasan tentang penelitian tersebut. Responden yang bersedia diteliti kemudian diberikan lembar persetujuan dan harus ditanda tangani sedangkan responden yang menolak maka harus menghormati hak dari responden.

2. *Anonimity* (Tanpa Nama)

Penelitian tidak mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data untuk menjaga kerahasiaan informasi dari responden tersebut dan hanya menuliskan inisial responden pada lembar pengumpulan data.

3. *Contidentiality* (Kerahasiaan)

Contidentiality merupakan etika penelitian untuk menjamin kerahasiaan dari hasil penelitian baik informasi maupun masalahmasalah lainnya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, dan hanya kelompok data tertentu saja yang dilaporkan saja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penerapan ini dilakukan di Desa Kepoh Kecamatan Sambu Kabupaten Boyolali. Desa Kepoh merupakan salah satu desa di wilayah Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Desa Kepoh itu sendiri terdiri dari 21 Dukuh, yaitu Temon, Saminan, Gumuk Rejo, Plaur Kidul, Plaur Lor, Kedunggudel, Pungkruk, Dadapan, Ngelo, Jomlang, Serut, Dawung, Jitengan, Kepoh, Jenalas, Banyurip. Luas wilayah Desa Kepoh yaitu 312.9988 Ha yang terdiri dari wilayah pemukiman, pertanian, dan perkontrakan. Batas Desa Kepoh sebelah utara berbatasan dengan Desa Bendo, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Demangan, sebelah barat berbatasan dengan Desa Jagoan, dan sebelah timur berbatasan dengan Desa Tegal Giri.

Pemilihan lokasi penerapan adalah di Desa Kepoh. Tempat saya melakukan penerapan adalah di rumah Ny. N berada di dukuh jomblang RT 07 RW 02 dengan luas 70 m² dengan 2 kamar tidur, dapur, ruang makan, ruang tamu, dan 1 kamar mandi. Tipe rumah adalah permanen, keadaan rumah sudah berkeramik, penerangan cukup, cahaya matahari masuk melalui jendela genting kaca, ventilasi cukup. Situasi lingkungan yang bersih, nyaman, dan ramah.

Kondisi lingkungan Ny. S yang terletak di dukuh pangkruk RT 02 RW 02 dengan luas 72 m² dengan 3 kamar tidur, 1 dapur, ruang makan, ruang tamu dan 1 kamar mandi. Tipe rumah adalah permanen, keadaan lantai rumah keramik, ventilasi udara cukup, penerangan cukup, cahaya matahari dapat masuk melalui jendela dan genting kaca. Situasi di lingkungan sekitar dekat dengan rumah ke rumah, dengan lingkungan yang bersih, nyaman, dan ramah.

2. Hasil Penerapan

Responden pada penerapan ini berjumlah 2 orang, yaitu Ny. N dan Ny. S dengan karakteristik sebagai berikut :

Tabel 3. 1 Karakteristik Responden

Data	Ny. N	Ny. S
Usia	60 tahun	67 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan
Agama	Islam	Islam
Pekerjaan	Petani	Petani

Sumber : Data Primer

Responden pertama pada penerapan ini yaitu Ny. N berusia 60 tahun dengan diagnosa rematik dengan skala nyeri 6, berjenis kelamin perempuan, beragama islam, pendidikan terakhir SD, tinggal bersama suami didukuh jomblang RT 07 RW 02, Kelurahan Kepoh, Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali. Responden memiliki 4 saudara kandung, satu diantaranya telah meninggal dunia. Responden mengeluh saat bangun tidur badannya pegal - pegal, serta mengatakan jari – jarinya terasa sakit dan kaku saat digerakkan oleh Ny. N, terakhir memeriksakan kondisinya pada akhir tahun kemarin.

Responden kedua adalah Ny. S berusia 67 tahun dengan diagnosa rematik dengan nyeri skala 5, berjenis kelamin perempuan, beragama islam, pendidikan tidak bersekolah, tinggal dengan anaknya di Dukuh Pungruk RT 02 RW 02 Kelurahan Kepoh, Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali, responden memiliki 5 saudara kandung, dua diantara saudara kandung telah meninggal dunia. Responden mengatakan sudah mengetahui menderita rematik saat memeriksakan dirinya 1,5 tahun yang lalu di Puskesmas. Saat kambuh responden merasakan nyeri pada bagian lutut, rasanya “cenut-cenut”, sehingga membuatnya mengurangi aktivitasnya. Nyeri lebih sering dirasakan pagi hari pada saat bangun tidur.

Penerapan pada Ny. N dan Ny. S dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 15 menit pada pagi hari yaitu pada tanggal 14 Juni – 16 Juni 2023. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah NRS (*Numerical Rating Scale*) dan lembar observasi untuk mencatat perkembangan. Berikut adalah hasil pengukuran sebelum, sesudah, dan diberikan terapi *Back Massage* :

- a. Hasil Pengukuran Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Tabel 3. 2 Intensitas Nyeri Rematik Sebelum Penerapan Terapi *Back Massage*

No	Hari/Tanggal	Nama Responden	Skala Nyeri	Keterangan
1	Rabu, 14 Juni 2023	Ny. N	6	Nyeri Sedang
2	Rabu, 14 Juni 2023	Ny. S	5	Nyeri Sedang

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 3.2 diatas, sebelum dilakukan terapi *Back Massage* didapatkan data bahwa intensitas nyeri pada Ny. N mengatakan nyeri skala 6 dan Ny. S mengatakan nyeri skala 5. Dapat disimpulkan bahwa kedua responden masuk dalam nyeri sedang.

- b. Hasil Pengukuran Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Tabel 3. 3 Intensitas Nyeri Rematik Sesudah Penerapan Terapi *Back Massage*

No	Hari/Tanggal	Nama Responden	Skala Nyeri	Keterangan
1	Jum'at, 16 Juni 2023	Ny. N	3	Nyeri Ringan
2	Jum'at, 16 Juni 2023	Ny. S	2	Nyeri Ringan

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.3 diatas, sesudah dilakukan terapi *Back Massage* dan didapatkan data bahwa intensitas nyeri pada Ny. N mengatakan nyeri skala 3 dan Ny. S mengatakan nyeri skala 2. Dapat disimpulkan bahwa kedua responden mengalami penurunan intensitas nyeri sesudah dilakukan penerapan terapi *Back Massage* selama 3 hari berturut-turut dengan kategori nyeri ringan.

- c. Perkembangan atau Perubahan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Sebelum dan Sesudah Penerapan Terapi *Back Massage*

Tabel 3. 4 Perkembangan Intensitas Nyeri Rematik pada Lansia Sebelum dan Sesudah Penerapan Terapi *Back Massage*

No	Tanggal	Nama Responden	Sebelum	Sesudah
1	14 Juni 2023	Ny. N	6	4
		Ny. S	5	4
2	15 Juni 2023	Ny. N	5	4
		Ny. S	4	3
3	16 Juni 2023	Ny. N	4	3
		Ny. S	3	2

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 3.4 diatas, didapatkan hasil intensitas nyeri terhadap Ny. N dan Ny. S Pada hari pertama sebelum dilakukan penerapan terapi *Back Massage* yaitu dalam kategori nyeri sedang dengan skala nyeri Ny.N skala 6 dan Ny. S skala 5 setelah dilakukan terapi menjadi skala nyeri Ny.N skala nyeri 4 dan Ny.S skala nyeri 4, pada hari kedua sebelum dilakukan tindakan Ny.N dengan skala nyeri 5 dan Ny.S dengan skala nyeri 4 setelah dilakukan terapi Ny. N menjadi skala nyeri 4 dan Ny.S dengan skala nyeri 3, dan pada hari ketiga sebelum dilakukan terapi Ny. N mengalami skala nyeri 4 dan Ny.S mengalami skala nyeri 3, dan setelah dilakukan penerapan terapi *Back massage* menjadi Ny. N skala nyeri 3 dan Ny. S mengalami penurunan skala 2 dan keduanya termasuk dalam kategori nyeri ringan.

- d. Perbandingan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Tabel 3. 5 Perbandingan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia Sebelum dan Sesudah dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

No	Tanggal	Responden	Sebelum	Sesudah
1	14 juni 2023	Ny.N	6	4
		Ny.S	5	4
2	16 juni 2023	Ny,N	4	3
		Ny.S	3	2

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 3.5 diatas, intensitas nyeri pada kedua responden pada lembar observasi setelah dilakukan penerapan terapi *Back Massage*, didapatlam hasil menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri pada kedua responden yaitu Ny. N yang awalnya termasuk dalam kategori nyeri sedang dengan skala nyeri 6 setelah dilakukan tindakan terapi *Back Massage* menjadi kategori nyeri ringan dengan skala 3 dan pada Ny. S yang awalnya dalam kategori nyeri sedang dengan skala nyeri 5 setelah dilakukan penerapan terapi *Back Massage* menjadi kategori nyeri ringan dengan skala nyeri 2.

- b. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mendiskripsikan hasil implementasi sesudah dan sebelum dilakukan penerapan terapi *back massage* terhadap intensitas nyeri rematik pada lansia . Berdasarkan hasil intensitas nyeri yang dilakukan oleh peneliti terhadap Ny.N dan Ny.S pada hari pertama sebelum dilakukan penerapan terapi *back massage* intensitas nyeri pada kedua responden Ny.N sebesar 6 skala nyeri sedang , sedangkan Ny.S sebesar 5 skala nyeri sedang. Maka di bab ini peneliti akan melakukan pembahasan lebih lanjut . Pembahasanin bertujuan untuk menginterpertasikan data hasil penelitian dan kemudian dibandingkan dengan teori dan penelitian sebelumnya yang terkait dengan judul penelitian.

1. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Berdasarkan data hasil wawancara sebelum dilakukan penerapan terapi *back massage* pada Ny.N dan Ny.S di Desa Kepoh. Intensitas nyeri sebelum dilakukan implementasi pada Ny.N adalah skala 6 dan Ny.S adalah skala 5, yang diderita kedua responden masuk kriteria intensitas nyeri skala sedang. Kedua responden dikatakan memiliki intensitas nyeri skala sedang hal ini sesuai dengan teori Syaripudin (2018) yang menyatakan skala penilaian numerik menilai nyeri dengan angka dari 0-10. Angka 4 sampai 6 menunjukkan intensitas nyeri sedang.

Terdapat berbagai faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami nyeri rematik yaitu faktor usia, jenis kelamin penyakit rematik cenderung diderita oleh perempuan (tiga kali lebih banyak dibanding pria) nyeri sendi sering kali muncul ketika perempuan telah memasuki masa premenopause perempuan pada masa ini akan mengalami penurunan hormone estrogen sehingga terjadi ketidakseimbangan osteoblas dan osteoklas yang mengakibatkan penurunan masa tulang sehingga membuat tulang menipis, berongga, kekakuan sendi dan pengelupasan tulang rawan sendi, selain itu juga dapat dipengaruhi oleh faktor kegemukan, dan genetik. Seseorang yang mengalami rematik memiliki gejala diantaranya nyeri sendi, inflamasi, kekakuan sendi pada pagi hari dan hambatan gerak pada persendian (Rasiman, 2022). Teori tersebut menunjukkan kesesuaian dengan fakta yang diperoleh pada saat pengkajian Ny. N berumur 60 tahun yang mengatakan jari-jarinya terasa sakit dan kaku saat digerakkan pada usia tersebut rawan terkena rematik karena faktor dari imunologi. Sedangkan teori tersebut juga membuktikan pengkajian dari Ny.S yang menginjak usia 67 tahun yang sudah menderita rematik kurang lebih 1,5 tahun yang lalu dan rasa nyeri pada bagian lutut yang dirasakan cunut-cunut pada pagi harinya. Rematik akan meningkat seiring bertambahnya usia fungsi fisiologi juga akan mengalami penurunan masalah yang sering terjadi pada lansia salah satunya nyeri pada persendian.

Sebelum dilakukan penerapan terapi *back massage* pada Ny.N mengeluh nyeri pada bagian jari-jarinya yang kaku dan pada Ny.S mengeluh nyeri pada bagian lutut pada pagi hari. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa keluhan umum rematik dapat berupa perasaan badan lemah, napsu makan menurun, peningkatan panas badan yang ringan kelainan sendi terutama mengenai sendi kecil dan simetris yaitu sendi pergelangan tangan, lutut, dan kaki (sendi diartrosis). Sendi lain nya juga dapat terkena seperti sendi siku, bahu sterno-klavikula ,panggul, pergelangan kaki. Kelainan tulang belakang terbatas pada leher . Keluhan sering berupa kaku sendi di pagi hari , pembengkakan dan nyeri sendi (Wulansari, 2020).

2. Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Setelah dilakukan penerapan Terapi *Back Massage* pada Ny.N dan Ny.S di Desa Kepoh selama 3 hari berturut-turut dengan waktu 15 menit intensitas nyeri pada Ny.N menjadi 3 termasuk dalam skala nyeri ringan sedangkan Ny.S menjadi 2 termasuk dalam skala nyeri ringan.

Terdapat hasil adanya perubahan intensitas nyeri sesudah diberikan intervensi terapa *back massage* pada kedua responden yaitu Ny.N dan Ny.S. Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan terapi *back massage* dapat bermanfaat terhadap penurunan intensitas nyeri rematik pada lansia. Penurunan intensitas nyeri terjadi pada setelah pemberian terapi. Terapi ini menggunakan suatu sentuhan tangan yang dilakukan dengan cara gerakan *stroking, efflurage, petrissage, frictiondan, walken, taptomen* bertujuan untuk mengatasi gejala penurunan kualitas tidur, mengurangi keluhan pada berbagai macam masalah kesehatan yang berindikasi untuk diberikan nya pijatan tanpa memasukan obat keadaan tubuh (Royani 2021)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Rizka (2020) yang berjudul Pengaruh Terapi *Back Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Pada Tahun 2020 dalam penelitian tersebut dibuktikan bahwa adanya penurunan itensitas nyeri pada setiap lansia yang telah diberikan terapi *back massage* dari 30 responden dengan rata-rata skala nyeri 3.27 setelah diberikan penerapan terapi *baack massage*.

Hal ini sejalan dengan pendapat Ginting (2020) yang menjelaskan bahwa *massage* merupakan teknik integrasi sensori yang mempengaruhi aktivitas sistem saraf otonom. Selain itu menurut Suci (2019) terapi *massage* merupakan terapi yang dapat dilakukan tanpa harus banyak

mengeluarkan biaya dan mudah diterapkan pada lansia dan perawat secara praktis dan efisien. Selain itu massage dan sentuhan merupakan teknik integritas sensori yang mempengaruhi aktivitas sensori otonom. Apabila individu mempersepsikan sentuhan sebagai stimulus untuk relax, kemudian akan muncul respon relaksasi.

Komalasari (2022) menyampaikan bahwa tujuan dari pemberian terapi *back massage* adalah memberikan sensasi relaksasi sehingga mengakibatkan terjadi dilatasi pada pembuluh darah yang akan meningkatkan peredaran darah pada area yang di usap sehingga aktivitas sel meningkat dan akan mengurangi rasa sakit serta menunjang proses penyembuhan.

3. Hasil Perkembangan/Perubahan Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Penerapan diatas dapat dideskripsikan terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah di berikan terapi *back massage* kepada kedua responden yaitu Ny.N dan Ny.S di Desa Kepoh pada tanggal 14 juni 2023 sampai 16 juni 2023, pada hari pertama tanggal 14 juni 2023 intensitas nyeri sebelum di berikan terapi *back massage* pada Ny.N 6 (skala nyeri sedang) dan pada Ny.S 5 (skala nyeri sedang) sedangkan intensitas nyeri sesudah melakukan *back massage* pada Ny.N 4 (skala nyeri sedang) dan pada Ny.S 4 (skala nyeri sedang). Terdapat penurunan intensitas nyeri pada Ny.N dan Ny. S. Hari kedua tanggal 15 juni 2023 pada Ny.N sebelum dilakukan tindakan mengalami nyeri dengan skala 5 dan sesudah diberikan terapi menjadi skala 4, sedangkan pada Ny.S sebelum diberikan terapi mengalami nyeri dengan skala 4 dan sesudah diberikan terapi menjadi skala 3. Pada hari terakhir tanggal 16 juni 2023 Ny N sebelum diberikan terapi dengan skala 4 dan setelah diberikan terapi menjadi skala nyeri 3, sedangkan pada Ny. S sebelum diberikan terapi dengan skala nyeri 3 dan setelah diberikan terapi menjadi skala nyeri 2.

Setelah dilakukan terapi *back massage* peneliti menyatakan bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi *back massage*. Trisnowiyanto (2017) menyatakan terapi massage mampu melancarkan peredaran darah vena atau pembuluh balik dan peredaran getah bening atau air limphe, menghancurkan pengumpulan sisa-sisa pembakaran di dalam sel-sel otot yang telah mengeras yang disebut *miogelosis* atau asam laktat, menyempurnakan pertukaran gas-gas dan zat-zat didalam jaringan atau memperbaiki proses metabolisme, menyempurnakan pembagian zat-zat makanan keseluruhan tubuh, menyempurnakan proses pencernaan makanan, menyempurnakan proses pembuangan sisa-sisa pembakaran atau sampah-sampah ke alat-alat pengeluaran atau mengurangi otot-otot yang dipersiapkan untuk bekerja yang lebih berat, menambah tonus otot atau daya kerja otot, efisiensi otot atau kemampuan guna otot dan elastisitas otot atau kekenyalan otot merangsang jaringan-jaringan saraf, mengaktifkan saraf sadar dan kerja saraf otonomi atau tak sadar, membantu penyerapan atau absorpsi pada peradangan bekas luka, membantu pembentukan sel-sel baru dalam perkembangan tubuh, membersihkan dan menghaluskan kulit, serta memberikan perasaan nyaman, segar dan kehangatan pada tubuh.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah di lakukan Suci (2019) dengan jurnal yaitu penerapan terapi *back massage* terhadap intinsitas Nyeri Rematik Pada Lansia dan didapatkan hasil pada subyek 1 Ny. S mengalami penurunan intensitas nyeri dari skala 6 menjadi skala 2 sedangkan subyek 2 Ny.P dari skala 5 menjadi skala 2.

Penerapan diatas dapat dideskripsikan bahwa terapi *back massage* dapat menurunkan intensitas nyeri rematik pada lansia. Setelah dilakunan penerapan diatas terjadi penurunan intenitas nyeri sebesar 3 pada Ny.N sedangkan Ny.S sebesar 2. Hasil pengukuran intensitas nyeri ini terdapat perbedaan pada penurunan skalanya. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan tanggapan yang diterima kedua responden saat dilakukan penerapan terapi *back massage*. Hal tersebut sesuai dengan teori Mubarak(2015) yang mengatakan bahwa makna nyeri setiap orang berbeda-beda saat menerimanya. Makna tersebut mempengaruhi seseorang dalam menjelaskan nyeri yang dirasakan.

Berdasarkan uraian diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan penerapan terapi *back massage* selama 3 hari berturut-turut di pagi hari selama 15 menit pada Ny.N dan Ny.S ditujukan dengan hasil skala nyeri pada Ny.N dari

skala 6 (skala nyeri sedang) menjadi skala 3 (skala nyeri ringan) dan pada Ny.S dari skala nyeri 5 (skala nyeri sedang) menjadi skala 2 (skala nyeri ringan).

4. Hasil Akhir Perbandingan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi *Back Massage*

Hasil dari perbandingan yang diperoleh dari penjelasan diatas dapat dideskripsikan terdapat perbandingan penurunan intensitas nyeri pada kedua responden setelah dilakukan penerapan terapi *Back Massage* yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut selama 15 menit dipagi hari pada tanggal 14 juni – 16 juni 2023 di Desa Kepoh, Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali. Berdasarkan hasil perbandingan tingkat nyeri yang didapatkan dari responden Ny. N dan Ny. S didapat adanya penurunan intensitas nyeri pada kedua responden, antara Ny. N dan Ny. S mengalami penurunan intensitas nyeri yang sama yaitu sebesar 3.

Hasil penurunan intensitas nyeri pada Ny. N dan Ny. S dipengaruhi oleh kegiatan sehari-hari yang dilakukan keduanya. Ny. N dengan kesibukannya sebagai petani dan ibu rumah tangga, sedangkan Ny.S sebagai petani dan mengurus hewan ternaknya. Perubahan seperti biologis, fisik, kejiwaan dan sosial, perubahan ini memiliki pengaruh terhadap seluruh aspek dalam kehidupan termasuk gangguan kesehatan (Triyono, 2020). Selain hal itu, faktor ansietas dan stress sering kali menyertai nyeri yang terjadi, dan ketidakmampuan mengontrol nyeri atau peristiwa yang terjadi disekelilingnya bisa memperberat persepsi nyeri. Sebaliknya, individu yang percaya bahwa mereka mampu mengontrol nyeri yang mereka rasakan akan mengalami penurunan stress dan kecemasan yang akan menurunkan persepsi nyeri mereka (Gandari *et al.*, 2019). Responden Ny. N dan Ny.s termasuk ke dalam tipe mampu mengontrol nyeri yang mereka rasakan yang membuat kedua responden lebih mudah mengalami penurunan intensitas nyeri.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbandingan penurunan intensitas nyeri pada kedua responden setelah dilakukan penerapan senam rematik selama 3 hari berturut-turut ditunjukkan Ny. N dari skala nyeri 6 (skala nyeri sedang) menjadi skala 3 (skala nyeri ringan) sedangkan pada Ny. S dari skala nyeri 5 (skala nyeri sedang) menjadi skala nyeri 2 (skala nyeri ringan). Kedua responden yaitu Ny. N dan Ny. S sama-sama mengalami penurunan skala nyeri sebesar 3.

c. Keterbatasan Penelitian

Hasil penelitian ini tidak lepas dari keterbatasan selama pelaksanaan terapi *back massage*. Setelah melakukan penerapan ini, peneliti menemukan beberapa kelemahan yaitu pelaksanaan penerapan yang tidak bersamaan dikarenakan peneliti melakukan penerapan ini dengan mendatangi rumah kedua responden secara bergantian. Tidak bisa memantau aktivitas responden serta tidak dapat memantau nyeri pasien selama 24 jam karena tidak satu rumah dengan pasien.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penerapan yang dilakukan pada Ny. N dan Ny. S di Desa Kepoh selama 3 hari berturut-turut pada tanggal 14 juni sampai 16 juni 2023 terdapat kesimpulan sebagai berikut:

1. Intensitas nyeri sebelum dilakukan penerapan terapi *Back Massage* pada pasien Ny. N dengan kategori skala nyeri sedang dan Ny. S dengan kategori skala nyeri sedang.
2. Intensitas nyeri sesudah dilakukan penerapan terapi *Back Massage* pada Ny. N kategori skala nyeri ringan, sedangkan Ny. S kategori skala nyeri ringan.
3. Hasil perkembangan tingkat intensitas nyeri sebelum dan sesudah penerapan terapi *Back Massage* pada Ny. N mengalami penurunan skala nyeri sebanyak 3, sedangkan Ny. S mengalami penurunan skala sebanyak 3.
4. Perbandingan hasil akhir penurunan intensitas nyeri sesudah dilakukan penerapan terapi *Back Massage* kedua responden yaitu Ny. N dan Ny. S mengalami penurunan yang sama.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas penulis dapat mengemukakan saran yang dapat bermanfaat, antara lain sebagai berikut :

1. Bagi Responden Khususnya Lansia
Responden dapat menerapkan terapi back massage sebagai salah satu penanganan untuk menurunkan intensitas nyeri. Sehingga apabila dirasakan keluhan nyeri pada bagian tubuh, responden dapat meminta bantuan kepada anggota keluarganya untuk mmbantu pelaksanaan terapi back massage.
2. Bagi Keluarga Responden
Diharapkan keluarga dapat membantu dalam mengontrol intensitas nyeri pada responden dengan membantu pelaksanaan terapi Back massage sebagai pengobatan non farmakologi.
3. Bagi Masyarakat
Dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat dan diharapkan dapat memanfaatkan terapi Back massage ini sebagai alternative pengobatan non farmakologi pada rematik
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Dapat mengembangkan penelitian secara maksimal, pada saat pemberian terapi untuk responden bisa mengurangi aktifitas atau kegiatan agar hasil yang didapatkan lebih maksimal, meningkatkan ketelitian dalam segi kelengkapan data yang diperoleh dari responden, dan Menambah jumlah responden penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, A. J., & Suwandi, M. F. (2020). Pengaruh Back Massage Terapi Terhadap Penurunan Nyeri Reumatik Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 156–164. <https://doi.org/10.38165/jk.v11i2.213>
- Ardi, A. P. (2018). Hubungan Jenis Makanan dan Aktifitas Fisik dengan Kejadian Rematik pada Lanjut Usia di Jorong Padang Bintungan di Wilayah Kerja Puskesmas Koto Baru Kabupaten Dharmasraya. *MENARA Ilmu*, XII(6), 20–26. <http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/825/736>
- Chabib, L., et al. (2016). *Review Rheumatoid Arthritis : Terapi Farmakologi , Potensi Kurkumin dan Analognya , serta Pengembangan Sistem Nanopartikel*. 3(1), 10–18.
- Dewi, S. T. et al. (2022). *Asuhan Keperawatan Gerontik* (M. J. F. Sirait (Ed.); Cetakan 1). Yayasan Kita Menulis.
- Gandari, M., Darmawan, N., & Budiadnyanti. (2019). Pengaruh Senam Ergonomis Terhadap Peubahan Nyeri Pada Lansia Dengan Rematik di Sada Jiwa Banjar Pasekan Desa Sembung Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 5(2), 47–58.
- Ginting Antoniu, C. N. (2020). Pengaruh Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Penderita Rematik. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*.
- Hairani, H., Abdillah, M. N., & Innuddin, M. (2019). Perancangan Sistem Pakar Diagnosis Penyakit Rematik Menggunakan Inferensi Forward Chaining Berbasis Prolog. *Jurnal Nasional Informatika Dan Teknologi*. Mataram
- Hartutik, S., & Nurrohmah, A. (2022). Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Di Masa Pandemi Covid-19. *Cendekia Medika Jurnal Stikes Al-Ma`arif Baturaja*, 7(1), 84–91. <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v7i1.103>
- Hidayat, et al. (2021). Diagnosis dan Pengelolaan Artritis Reumatoid (Rheumatoid Arthritis Diagnosis and Management). In *Perhimpunan Reumatologi Indonesia*.
- Juli Andri, Padila, A. S. (2020). Tingkat Pengetahuan Terhadap Penyakit Rheumatoid Artitis pada Lansia. *Jurnal Asclepius (JKA)*, 4(1), 1-23. Keperawatan Berbasis Bukti. Jakarta Salemba Medika

- Karomattul, R. R. (2021). Terapi Non Farmakologi Berbahan Herbal Untuk Menurunkan Nyeri Rematik: a Literature Riview. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2), 183–191. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/580/417>
- Kesehatan, R. K. (2018). Laporan Nasional RKD2018 FINAL.pdf. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674). http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Komalasari, E. (2022). Penatalaksanaan Terapi Back Massage Terhadap Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, VIII(2), 41–51.
- Marlena Feni, R. (2019). Pengaruh Pijat (Massage) terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia di Desa Kertapati Puskesmas Dusun Curup Bengkulu Utara. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*.
- Maulana, N. (2019). Pengaruh Terapi Yoga “Pranayama” Dan Aromatherapy Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta. *Stikes Surya Global*.
- Marwarni, T. (2018). Pengaruh Pemberian Stimulus Kutaneus Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia di Panti Sosial Tahun 2018. *Caring Nursing Journal*, 2(2), 60–66.
- Mubarak, Wahit I., Lilis, dan Susanto. 2015. Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Salemba Medika
- Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Jilid I* (T. Ismail (ed.)). CV. TRANS INFO MEDIA.
- Putra, T. . (2013). *Pedoman Diagnosis dan Terapi Ilmu Penyakit Dalam*. Bagian/SMF Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/RSUP sanglah.
- Rasiman, N. B. (2022). Faktor - faktor yang berhubungan dengan rematik pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kamonji Kecamatan Palu Barat. *Pustaka Katulistiwa*, 03(2010), 6–14.
- Rizka Mailani Putri, Amir Lutfi, A. (2020). *JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science RHEUMATOID ARTHRITIS PADA LANSIA Kata Kunci : Lansia , Rheumatoid Arthritis , Terapi Back Massage*. 4(23), 40–46.
- Royani. E. (2021). Penatalaksanaan Back Massage Di Panti Tresna Werdha Teratai Km.5 Palembang 2020. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan, Palembang*.
- Siti Utami Dewi., et al. (2022). *Asuhan Keerawatan Gerontik* (M. J. F. Sirait (ed.); Cetakan 1). Yayasan Kita Menulis.
- Suci, Y. W. (2019). Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia. *JKEP*, 4(2).
- Syaripudin, A. (2018). Konsep Manajemen Nyeri Dengan Hipnoterapi. Nuha Medika
- Trinowiyanto, B. (2017). *Keterampilan Dasar Massage*. Nuha Medika.
- Triyono, H. G. (2020). *Buku Keperwatan Komunitas dan Aplikasi Penggunaan Model Family Center Nursing*. Gosyen Publishing.
- Wulansari, D. (2020). *Penerapan teknik back massage dalam upaya menurunkan intensitas nyeri pada klien dengan rheumathoid arthritis - . 8, 53–58*.
- Zakiyah. (2015). *Nyeri Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Salemba Medika.