

## STUDI KASUS: IMPLEMENTASI BACK MASSAGE PADA KLIEN LANSIA RHEUMATOID ARTHRITIS DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI KRONIS

*Case Study: Implementation of back massage in an elderly Rheumatoid arthritis client with chronic pain nursing problems*

Yulifah Salistia Budi<sup>1\*</sup>, Putri Delia Azhar<sup>2</sup>, Supriyanto Supriyanto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Jln. Letkol Istiqlah 109, Jawa Timur 68400, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Jln. Letkol Istiqlah 109, Jawa Timur 68400, Indonesia

\*Email korespondensi: [yulifahsalistia@gmail.com](mailto:yulifahsalistia@gmail.com)

Diterima: 24/12/2024 Disetujui: 21/01/2025 Dipublikasi: 30/01/2025

### Abstrak

*Rheumatoid arthritis* merupakan penyakit autoimun dan bisa degeneratif yang menyerang persendian (umumnya tangan dan kaki) terdapat peradangan, yang menyebabkan terjadinya pembengkakan, nyeri dan terkadang terdapat kerusakan pada bagian dalam sendi yang disebabkan adanya penekanan yang terus-menerus selama bertahun-tahun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melakukan penerapan terapi *back massage* pada Asuhan Keperawatan reumatoid arthritis terhadap penurunan skala nyeri. Partisipan pada penelitian ini adalah 2 orang lansia dengan *reumatoid arthritis* dengan rentang usia >60 tahun yang mengalami nyeri. Penelitian dilakukan dengan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi menggunakan format asuhan keperawatan gerontik dan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Analisis data dilakukan melalui tahapan pengumpulan data dengan pengkajian; reduksi dan penyajian data ke dalam format asuhan keperawatan. Setelah dilakukan terapi *back massage* dalam 15-20 menit selama tiga hari didapatkan penurunan skala nyeri tiga skor pada kedua partisipan. Terapi *back massage* dapat dilakukan setiap waktu guna mengurangi rasa nyeri pada penderita *reumatoid arthritis* khususnya lansia.

**Kata kunci:** *back massage, nyeri kronis, rheumatoid arthritis.*

### Abstract

*Rheumatoid arthritis* is an autoimmune disease that can be degenerative, in which the joints (usually the hands and feet) become inflamed, resulting in swelling, pain, and often causing damage to the inside of the joints due to continuous pressure over many years. The aim of this study was to apply back massage therapy to reduce pain in patients with rheumatoid arthritis. The participants in this study were two elderly individuals with rheumatoid arthritis aged >60 years who experienced mild to moderate pain. The research was conducted using interview techniques, observation, physical examination, and documentation studies using a gerontic assessment format, and measuring the pain scale using the *Numeric Rating Scale* (NRS). Data analysis was carried out through the stages of data collection with assessment, reduction, and presentation of data into a basic format. After performing the back massage technique for 15-20 minutes for three days, the pain scale decreased by three scores in both participants. Back massage therapy can be performed at any time to reduce pain in patients with rheumatoid arthritis, especially in the elderly.

**Keywords:** *back massage, chronic pain, rheumatoid arthritis.*

This is an open access article under [CC-BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Copyright © 2025 The Author(s)

## PENDAHULUAN

*Rheumatoid Arthritis* (RA) merupakan salah satu masalah kesehatan global yang signifikan dan menjadi salah satu penyebab utama penurunan kualitas hidup, terutama pada lansia. Menurut WHO 2018, kondisi ini dapat mengakibatkan keterbatasan gerak, nyeri hebat, dan cacat, yang berpengaruh pada aktivitas sehari-hari penderitanya, dengan sekitar 80% mengalami keterbatasan dalam bergerak (Ariyanti & Setyoargo, 2021). Penyakit ini lebih umum terjadi pada individu berusia

lanjut, di mana penurunan fungsi fisiologis serta masalah degeneratif dapat meningkatkan risiko terjadinya RA (Syam, 2019).

Angka kejadian RA di seluruh dunia mencapai 355 juta jiwa, dengan prevalensi tertinggi di Indonesia, yaitu 45,59% pada tahun 2019, yang lebih banyak terjadi pada wanita dibandingkan pria (Febriansa et al., 2021). Di Indonesia, persentase tertinggi ditemukan pada Provinsi Nusa Tenggara Timur (33,1%), diikuti oleh Jawa Barat (32,1%) dan Jawa Timur (30%) (Rahayu & Adriani, 2022). Penyebab pasti RA belum sepenuhnya dipahami, namun diduga terkait dengan gangguan autoimun dan faktor genetik (Wahyuni, 2018).

RA ditandai dengan inflamasi kronis pada jaringan sinovial, yang dapat menyebabkan kerusakan sendi dan nyeri kronis (Komalasari & Purnamasari, 2022). Untuk mengatasi nyeri yang ditimbulkan oleh RA, berbagai terapi farmakologi seperti analgesik dan NSAID digunakan, meskipun penggunaan obat jangka panjang dapat menimbulkan efek samping dan beban biaya (Zamilah et al., 2024). Oleh karena itu, intervensi nonfarmakologi, seperti terapi relaksasi dan *back massage*, menjadi penting untuk meningkatkan kualitas hidup penderita RA (Lee et al., 2020). Penelitian ini bertujuan untuk melakukan teknik *back massage* pada klien lansia dengan *rheumatoid arthritis* yang mengalami nyeri dan mengevaluasi efektifitas penurunan nyerinya.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, dengan partisipan klien lansia yang mengalami *Rheumatoid Arthritis*. Pengambilan data dilakukan pada Maret 2024 di Wilayah Kerja Puskesmas Wonosobo, Banyuwangi dengan sampel dua orang lansia yang berumur lebih dari 60 tahun. Pengumpulan data dilakukan secara pre dan post implementasi terhadap klien menggunakan format asuhan keperawatan gerontik melalui tahapan pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan. Skala nyeri yang dialami klien diukur menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS). Analisis data dilakukan dengan teknik Miles dan Huberman yang terdiri dari pengumpulan data melalui pengkajian terhadap lansia; reduksi data dengan memasukkan data hasil pengkajian ke format aspek yang digunakan; penyajian dan verifikasi data dilakukan dengan memaparkan hasil pengkajian sampai dengan evaluasi kepada klien; dan tahap yang terakhir, yaitu kesimpulan hasil verifikasi data. Penelitian ini telah lolos uji etik di Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKES Banyuwangi dengan nomor 094/01/KEPK-STIKESBWI/II/2024.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian terhadap partisipan yang telah melalui tahapan pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi keperawatan. Implementasi dilakukan selama tiga hari selama 15-20 menit dan dilakukan evaluasi setiap selesai implementasi dan evaluasi akhir dilakukan pada hari ketiga pelaksanaan teknik *back massage*.

### Klien 1

Hasil pengkajian terhadap klien 1: Seorang wanita Ny. A, berusia 72 tahun beragama Islam dengan tingkat pendidikan SD dan tinggal sendiri di rumah. Klien mengeluh linu, nyeri pada daerah lutut hingga telapak kaki dan akan berkurang bila beristirahat namun akan kembali nyeri jika digunakan berkatifitas. Skala nyeri klien 6. Klien mengalami nyeri pada kedua kaki dan linu-linu sejak kurang lebih setahun dan juga mengalami bengkak pada kaki kanannya. Klien

mendapatkan obat dexamethasone tablet 0,5 mg dan rutin kontrol serta mengikuti prolanis setiap bulan. Klien mempunyai riwayat hipertensi, hasil pemeriksaan tanda-tanda vital pada 6 Maret 2024, yaitu tekanan darah 140/90 mmHg, nadi 88 x/menit, pernapasan 20 x/menit, suhu 36,10 C.

**Diagnosis keperawatan:** Nyeri Kronis berhubungan dengan kondisi musculoskeletal kronis ditandai dengan mengeluh nyeri, tampak meringis, bersikap protektif (D.0078).

**Intervensi keperawatan:** manajemen nyeri dengan salah satu tekniknya, yaitu berikan teknik *back massage* untuk mengurangi rasa nyeri.

**Implementasi keperawatan:** melakukan teknik *back massage* ke rumah klien selama 15-20 menit dalam waktu 3 hari berturut-turut. Hasil **evaluasi keperawatan:** periode pre skala nyeri 6, periode post hari pertama 6, hari kedua 5, hari ketiga 4.

## Klien 2

**Pengkajian** terhadap klien 2, didapatkan data: klien laki-laki berusia 69 tahun, beragama Islam dengan tingkat pendidikan SD dan tinggal bersama anak laki-lakinya di rumah. Klien mengeluh kaki kirinya kesemutan dan nyeri pada lututnya dirasakan nyut-nyutan. Skala nyeri klien 5, nyeri tersebut berkurang saat beristirahat dan bertambah bila dipakai beraktivitas. Klien mengalami hal tersebut selama kurang lebih 4 bulan dan jarang untuk pergi ke puskesmas untuk berobat. Klien tidak memiliki riwayat penyakit menular maupun penyakit genetik dari keluarganya. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital klien, yaitu tekanan darah 120/70 mmHg, nadi 87 x/menit, respirasi rate 22 x/menit dan suhu 36,0 C.

**Diagnosis keperawatan:** Nyeri Kronis berhubungan dengan kondisi musculoskeletal kronis ditandai dengan mengeluh nyeri, tampak meringis, bersikap protektif (D.0078). **Intervensi keperawatan:** manajemen nyeri dengan salah satu tekniknya, yaitu berikan teknik *back massage* untuk mengurangi rasa nyeri.

**Implementasi keperawatan:** melakukan teknik *back massage* ke rumah klien selama 15-20 menit dalam waktu 3 hari berturut-turut. Hasil **evaluasi keperawatan:** periode pre skala nyeri 5, periode post hari pertama 5, hari kedua 4, hari ketiga 3.

Hasil studi kasus terhadap kedua klien di dapatkan perbedaan, yaitu terkait usia, jenis kelamin, riwayat penyakit, dan kehidupan sosial. Rheumatoid Arthritis adalah suatu penyakit infeksi kronis yang menyerang secara sistemik dengan gejala utama poliartritis progresif dan menyerang seluruh organ tubuh pada manusia. Rheumatoid Arthritis akan menampilkan manifestasi klinis, yaitu inflamasi, terdapat kaku pada sendi, gangguan pada mobilitas pada sendi, terdapat nodus pada kulit di atas sendi dan teraba lebih hangat disertai dengan bengkak sehingga hal tersebut dapat memberikan pengaruh pada lansia saat beraktivitas dalam kehidupannya sehari-hari (Dida et al., 2018).

Kedua klien memiliki perbedaan usia tiga tahun lebih tua pada klien pertama dimana kedua klien mengalami keluhan nyeri bertambah apabila digunakan beraktivitas dan berkurang bila beristirahat. Penelitian (Elsi, 2018) menyatakan bahwa makin tua umur seseorang dapat memengaruhi dalam kegiatan dan mobilitas fisiknya, yaitu terjadi penurunan fungsi. Salah satu faktor yang memicu nyeri sendi adalah mobilitas fisik. Rasa sakit yang tiba-tiba umumnya disebabkan oleh aktivitas atau mobilitas fisik yang berat atau kegiatan yang tidak biasa dilakukan. Rasa nyeri akan makin berat setelah melakukan aktivitas atau gerakan dan hal nyeri akan menurun bila beristirahat.

Jenis kelamin memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian penyakit rheumatoid arthritis. Menurut (Van Vollenhoven, 2009) menunjukkan bahwa tingkat aktivitas dan fungsi penyakit yang sedikit lebih buruk pada klien wanita penderita RA dibandingkan pria. Klien wanita RA di Korea melaporkan aktivitas penyakit dan hasil yang dilaporkan klien lebih tinggi daripada pria (Shin et al., 2021). Pada kasus ini klien 1 berjenis kelamin perempuan, dengan riwayat penyakit hipertensi dan mengalami RA kurang lebih satu tahun dengan keluhan nyeri disertai bengkak pada kakinya serta klien satu memiliki tingkat nyeri yang lebih tinggi daripada klien kedua.

Nyeri kronis sangat umum terjadi pada klien *Rheumatoid Arthritis* (RA) dan dapat menyebabkan berbagai gangguan fisik dan psikologis (Mathias et al., 2021). Klien secara konsisten menilai nyeri sebagai salah satu prioritas tertinggi mereka, dan nyeri merupakan satu-satunya penentu terpenting dari penilaian aktivitas penyakit secara global oleh klien (Lee, 2013). Dari penelitian (Rahayu & Adriani, 2022) menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi *back massage* yang dilakukan dalam 3 x 24 jam terhadap lansia dengan Rheumatoid Arthritis didapatkan perbedaan skor nyeri dengan menggunakan *numeric rating scale* pada pre dan post dilakukan terapi *back massage* terdapat penurunan intensitas nyeri dari skala 7 menjadi skala 3.

*Back massage* merupakan salah satu teknik memberikan pijatan di punggung dalam waktu 10-15 menit. Penggunaan lotion/balsem memberikan rasa hangat sehingga memicu vasodilatasi pada pembuluh darah lokal. Peningkatan peredaran darah pada area yang dipijat menimbulkan peningkatan aktivitas sel dan menurunkan rasa nyeri sehingga memicu terjadinya proses penyembuhan akibat vasodilatasi pembuluh darah (Abdillah et al., 2021). Terapi *back massage* mampu menurunkan nyeri sendi pada lansia. Hasil studi (Suci L & Pramono, 2019) menunjukkan bahwa penerapan terapi *back massage* pada pasien lansia, didapatkan hasil penurunan nyeri dengan persentase 60,6% dan 60% dengan rata-rata penurunan sebanyak 2 skor.

Kedua klien pada penelitian memiliki penurunan nyeri yang sama, yaitu turun 2 skor setelah dilakukan intervensi selama 3 hari. Intervensi ini dapat dilakukan secara terus-menerus ataupun bila dibutuhkan. Dari intervensi yang telah dilakukan ini dapat dilihat bahwa ada penurunan nilai nyeri sehingga terdapat keefektifan terapi *back massage* terhadap penurunan nyeri kronis pada klien lansia dengan *Rheumatoid Arthritis*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penerapan terapi *back massage* pada klien lansia *Rheumatoid Arthritis* yang mengalami nyeri kronis terbukti efektif dengan hasil penurunan 2 skor nyeri setelah dilakukan tindakan selama 15-20 menit dalam waktu tiga hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M. F., Amalia, Y., & Sulistyowati, E. (2021). Pengaruh Pandemi Covid-19 Terhadap Status Depresi Dan Kecemasan Santri Pondok Pesantren Moderen Di Kabupaten Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 9(2), 1-8.
- Ariyanti, R., & Setyoargo, A. (2021). Optimalisasi Peran Kader Kesehatan Terhadap Upaya Pencegahan Penyakit Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 17. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i2.4388>
- Dida, D., Batubara, S. O., & Herliana, M. A. D. (2018). Hubungan Antara Nyeri Reumatoid Arthritis Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Aktivitas Kehidupan Sehari-Hari Pada Pra Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesao Kabupaten Kupang. *CHMK Health Journal*, 2(3), 40-48.

- Elsi, M. (2018). Gambaran Faktor Dominan Pencetus Arthritis Rheumatoid Di Wilayah Kerja Puskesmas Danguang Danguang Payakumbuh Tahun. *Menara Ilmu*, 12(8), 98–106. <https://doi.org/10.33559/mi.v12i8.871>
- Febriansa, A. F., Asfar, A., & Ramli, R. (2021). Pengaruh Refleksi Massage Therapy terhadap Penurunan Kualitas Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis. *Window of Nursing Journal*, 2(1), 220–227. <https://doi.org/10.33096/won.v2i1.384>
- Komalasari, E., & Purnamasari, T. (2022). Penatalaksanaan Terapi Back Massage Terhadap Skala Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 41–51.
- Lee, F. S., Sakdiah Minhat, H., & Ahmad, S. A. (2020). Non-Pharmacological Treatment Uptake For Chronic Musculoskeletal Pain Among Community-Dwelling Older Adults in Petaling District, Selangor. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 16(2), 219–229.
- Lee, Y. C. (2013). Effect and treatment of chronic pain in inflammatory arthritis. *Current Rheumatology Reports*, 15(1). <https://doi.org/10.1007/s11926-012-0300-4>
- Mathias, K., Amarnani, A., Pal, N., Karri, J., Arkfeld, D., Hagedorn, J. M., & Abd-Elsayed, A. (2021). Chronic Pain in Patients with Rheumatoid Arthritis. *Current Pain and Headache Reports*, 25(9), 1–9. <https://doi.org/10.1007/s11916-021-00973-0>
- Rahayu, T. H. S., & Adriani, P. (2022). Implementasi Penatalaksanaan Nyeri Dengan Pemberian Terapi Back Massage Pada Pasien Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(2), 5101–5105. <https://doi.org/10.47492/jip.v3i2.1775>
- Shin, S., Park, E. H., Kang, E. H., Lee, Y. J., Song, Y. W., & Ha, Y.-J. (2021). Sex differences in clinical characteristics and their influence on clinical outcomes in an observational cohort of patients with rheumatoid arthritis. *Joint Bone Spine*, 88(3), 105124. <https://doi.org/10.1016/j.jbspin.2020.105124>
- Suci L, Y. W., & Pramono, W. H. (2019). Penerapan Terapi Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Rematik Pada Lansia. *JKEP*, 4(2). <https://doi.org/10.32668/jkep.v4i2.263>
- Syam, S. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Rematik pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin tahun 2012. *Jurnal Kesehatan Masyarakat STIKes Prima Nusantara Bukittinggi*, 3(2), 17–26. <https://doi.org/10.35730/jk.v3i2.163>
- Van Vollenhoven, R. F. (2009). Sex differences in rheumatoid arthritis: More than meets the eye. *BMC Medicine*, 7,1–4. <https://doi.org/10.1186/1741-7015-7-12>
- Wahyuni, N. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Arthritis Rheumatoid di RSUD Mitra Sejati Medan. *Jurnal Keperawatan Flora*, 11(2), 54–59.
- Zamilah, W., Rohaeti, & Mursiah. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Lansia Dengan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Usia 40-60 Tahun Di Kp. Etek Rt 001-Rt 002 Kec. Sindang Jaya Kab. Tangerang-Banten. *Jurnal Ilmu Kesehatan Medic Nutricia*, 1(2), 1–7. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>