

PENERAPAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP
NYERI SENDI LANSIA OSTEO ARTHITIS DI BPSTW ABIYOSO
DIY TAHUN 2023

Fauzan Ahmad Rifai Jaeni ¹, Nunuk Sri Purwanti ², Tri Prabowo ³
zanzanrifai@gmail.com, jurusan keperawatan poltekkes kemenkes yogakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 5529

Intisari

Latar Belakang: Osteo Arthritis merupakan kondisi kerusakan pada sendi yang menyebabkan sensasi nyeri pada penderitanya. Osteo Arthritis merupakan kondisi permasalahan yang umum pada lansia. Sensasi nyeri yang disebabkan oleh osteo arthritis dapat ditangani oleh tindakan non farmakologis salah satunya yaitu relaksasi otot progresif.

Tujuan: Menerapkan teknik relaksasi otot progresif terhadap nyeri sendi lansia oosteroarthritis di Balai Tresna Wredha Abiyoso dengan pendekatan asuhan keperawatan

Metode: Studi kasus deksriptif yang dilakukan pada dua orang lansia dengan nyeri sendi dilakukan selama 3 hari dengan menggunakan teknik relaksasi otot progresif.

Hasil Studi Kasus: terdapat perbedaan dan perubahan respon kedua lansia terhadap skala nyeri. Ny.P mengalami penurunan skala nyeri dari 4 menjadi 3 sedangkan Ny.S mengalami penurunan dari skala 4 menjadi 2.

Kesimpulan: terdapat pengaruh perubahan skala nyeri terhadap lansia yang mengeluh nyeri karena osteo arthritis.

Kata kunci: Relaksasi Otot Progresif, Lansia, Nyeri Sendi, Osteo Arthritis

APLPLICATION OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION
FOR JOINT PAIN IN OSTEO ARTHITIS ELDERLY AT BPSTW
ABIYOSO DIY YEAR 2023

Fauzan Ahmad Rifai Jaeni ¹, Nunuk Sri Purwanti ², Tri Prabowo ³
zanzanrifai@gmail.com, jurusan keperawatan poltekkes kemenkes yogakarta
Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 5529

Abstrack

Backgroud: Osteo Arthritis is a condition of damage to the joints cause a painful sensation in the sufferer. Osteo Arthritis is a condition common problem in the elderly. Pain sensation caused by Osteo Arthritis can be treated with non-pharmacological measures, one of which is progressive total relaxation.

Objective: Applying progressive muscle relaxation techniques to elderly joint pain osteoarthritis at Balai Trena Wredha Abiyoso with nursing care.

Method: A descriptive case study was conducted on two elderly people with pain Labor was carried out for 3 days using progressive muscle relaxation techniques.

Results: here are differences and changes in the response of the two elderly people on the pain scale. Mrs. P experienced a decrease in pain scale from 4 to 3 while Ny.S experienced a decrease from a scale of 4 to 2.

Conclusion: There is an effect of changes in the pain scale in the elderly complaining of pain due to osteoarthritis.

Key word: rogressive Muscle Relaxation, Elderly, Joint Pain, Osteo Arthritis.