

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**  
**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**SKRIPSI, JULI 2017**

FUTRI JULIYANA

2013 33 048

**“PENGARUH ERGONOMIC EXERCISE TERHADAP PENURUNAN NYERI SENDI PADA PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS DI WILAYAH PUSKESMAS KELURAHAN KEBON MANGGIS JAKARTA TIMUR TAHUN 2017”**

Xiii + 7 Bab + 100 hal + 8 Tabel + 3 Skema + 10 Lampiran

**ABSTRAK**

Rheumatoid arthritis cenderung menyerang kelompok usia dewasa produktif, dimana penyakit menahun yang disebabkan oleh penyakit degeneratif. Prevalensi penyakit sendi pada tahun 2013 berdasarkan pernah di diagnosis nakes di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. Salah satu cara untuk menurunkan nyeri sendi pada pasien rheumatoid arthritis dengan melakukan pemberian *ergonomic exercise* secara teratur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Ergonomic Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Pasien Rheumatoid Arthritis. Metode penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *Quasi Experimental Design*, dengan menggunakan *One Group Pre-Posttest Design* tanpa kelompok kontrol. Sampel yang digunakan adalah usia 45-59 tahun (pra-lansia) yang mengalami rheumatoid arthritis di Wilayah Puskesmas Kelurahan Kebon Manggis Jakarta Timur sebanyak 32 responden dan pengambilan sampling menggunakan *Total Sampling*. Uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji hipotesis *Wilcoxon Rank Test* pada tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  menunjukkan bahwa nilai  $p\text{-value} = 0.000$ . Kesimpulan nilai  $p\text{-value} < \alpha$ , yaitu  $0.000 < 0.05$ , artinya ada pengaruh *ergonomic exercise* terhadap penurunan nyeri sendi pada pasien rheumatoid arthritis. Saran bagi calon peneliti kiranya dapat menggali lebih jauh ide-ide kreatif dan menggunakan variabel lain karena masih ada faktor lain yang dapat diteliti untuk mengatasi penurunan nyeri sendi pada pasien rheumatoid arthritis.

Kata kunci : Ergonomic exercise, Nyeri sendi

Daftar pustaka : 58 (2007-2015)

**UNIVERSITY OF ESA UNGGUL  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
STUDY PROGRAM NURSING SCIENCE  
SKRIPSI, JULY 2017**

FUTRI JULIYANA

2013 33 048

**"EFFECT OF ERGONOMIC EXERCISE TO DECREASE JOINT PAIN  
ON PATIENTS RHEUMATOID ARTHRITIS IN THE PUSKESMAS  
REGION OF KEBON MANGGIS IN EAST JAKARTA 2017"**

Xiii + 7 Chapter + 100 pages + 8 Table + 3 Schemes + 10 attachments

**ABSTRACT**

Rheumatoid arthritis tends to attack productive adult age groups, where chronic disease is caused by degenerative diseases. The prevalence of joint disease in 2013 based on a diagnosis of nakes in Indonesia 11.9% and based on diagnosis or symptoms 24.7%. One way to reduce joint pain in rheumatoid arthritis patients by doing *ergonomic exercise* regularly. This study aims to determine the effect of *Ergonomic Exercise To Decrease Joint Pain On Patients Rheumatoid Arthritis*. This research method is a kind of quantitative research using *Quasi Experimental Design*, using *One Group Pre-Posttest Design* without control group. The samples used were age 45-59 years old (pre-elderly) who had rheumatoid arthritis in Puskesmas Area of Kebon Manggis East Jakarta as much as 32 respondents and sampling using *Total Sampling*. Test normality using *Kolmogorov-Smirnov*. The result of hypothesis test of *Wilcoxon Rank Test* at significance level  $\alpha = 0.05$  shows that value of  $p\text{-value} = 0.000$ . The conclusion of the value of  $p\text{-value} < \alpha$ , that is  $0.000 < 0.05$ , means there is the effect of *ergonomic exercise* to decrease joint pain on patients rheumatoid arthritis. Suggestions for prospective researchers may explore further creative ideas and use other variables because there are still other factors that can be researched to overcome the reduction of joint pain in patients with rheumatoid arthritis.

Keywords : Ergonomic Exercise, Joint Pain

Reference : 58 (2007-2015)