BAB VI
PEMBAHASAN

Pada bab ini penulis akan membahas tentang hasil-hasil penelitian yang telah didapatkan meliputi karakteristik responden serta pengaruh kombinasi terapi *Isometrik Quadriceps* dan *Benson* terhadap skala Nyeri pada pasien *Rheumathoid Arthtritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025.

A. Gambaran Karakteristik Rsponden Pasien *Rheumatoid Arthtritis* Di Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu

1. Usia

Pada penelitian ini didapatkan rata-rata usia responden penelitian yang mangalami *Rheumatoid Arthtritis* yaitu 61.15 % dengan usia minimum maximum 55-67 tahun. Hasil penelitian Mohamed Mohamed Soliman, (2020) dirumah sakit Universitas Mansoura Mesir didapatkan lebih dari sebagian (72,9%) responden berusia dewasa tua 51-60 taahun. Hasil penelitian Yunus dkk., (2021) di Puskesmas Haji Pemanggilan bahwa lebih dari sebagian (50,5%) responden dengan usia dewasa 50-60 tahun. Sejalan dengan penelitian Andari, dkk (2023), di RSU PKU Muhamadiyah Bantul juga didapatkan hampir sebagian (32%) responden berada pada usia dewasa tua (55-69 tahun).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Usia menjadi faktor risiko untuk *Rheumatoid Arthritis* karena beberapa alasan yang terkait dengan perubahan tubuh seiring bertambahnya usia, serta interaksi antara faktor genetik dan lingkungan seperti perubahan sistem imun, akumulasi kerusakan dan inflamasi, perubahan hormon, faktor genetik yang makin terekspresikan, dan paparan lingkungan bertahun-tahun (Aulia dkk., 2022).

Seiring bertambahnya usia lansia yaitu muncul berbagai masalah kesehatan dan penyakit kronis, berkurangnya fungsi-fungsi organ diantaranya system muskuloskeletal, system persyarafan, sistem pendengaran,sistem penglihatan, sistem pernafasan, sistem kardiovaskuler. Gangguan sistem muskuloskeletal merupakan salah satu

faktor penyakit kronis dan kemunduran sistem motorik pada lansia seperti *rheumatoid athritis. Rheumatoid athritis* adalah penyakit peradangan sistem kronis yang tidak diketahui penyebabnya dengan manifestasi pada sendi perifer dengan pola simetris. Konstitusi gejala termasuk kelelahan, malaise dan kekakuan pada pagi hari (Widiyanto dkk., 2022).

Penyakit yang sering terjadi pada lansia dipengaruhi karna faktor usia karna mengalami penurunan fungsi tubuh. Seperti proses penuaan, usia, status pekerjaan, makanan, dan aktivitas fisik. Penyakit yang terjadi akibat proses degenerative seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit kardiovaskuler, dan penyakit sendi seperti *Rheuamtoid Arthritis* (Fitri, 2022).

2. Jenis Kelamin

Karakteristik responden sebagian besar pada penelitian ini dengan jenis kelamin Laki-laki (38.2%) dan Perempuan (61.8%). *Rheumatoid Arthtritis* lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki. Sejalan dengan penelitian Ashar dkk., (2024) di Desa Securai Utara juga di dapatkan sebagian besar (77,6%) responden penderita *Rheumatoid Arthtritis* berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian Uğur & Uysal, (2020) di Turkey didapatkan lebih dari sebagian (51,4%) responden penderita *Rheumatoid Arthtritis* berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian Yulianti dkk., (2023) di Puskesmas Sukabumi didapatkan lebih dari sebagian (66,91%) responden penderita *Rheumatoid Arthtritis* berjenis kelamin perempuan. Hasil penelitian (Erman dkk., 2023) di Puskesmas Kampus Palembang lebih sebagian besar (80,9%) responden penderita *Rheumatoid Arthtritis* berjenis kelamin perempuan.

Jenis kelamin merupakan faktor risiko utama dalam perkembangan *Rheumatoid Arthritis*, dengan wanita lebih sering mengalami *Rheumatoid Arthritis* dibandingkan pria. Seperti peran hormon**,** hormon estrogen pada wanita diyakini memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan *Rheumatoid Arthritis*. Estrogen dapat memengaruhi sistem imun tubuh, dan wanita yang mengalami perubahan kadar hormon (misalnya setelah

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

menopause) mungkin lebih rentan terhadap gangguan autoimun seperti *Rheumatoid Arthritis*. Peningkatan risiko terjadi terutama pada wanita yang lebih tua, setelah mereka melewati masa menopause (Khalil dkk., 2024).

Faktor – faktor yang mempengaruhi intensitas nyeri seseoarang adalah jenis kelamin, secara umum laki-laki dan perempuan tidak berbeda dalam berespon terhad nyeri. Pada perempuan *Rheumatoid* juga di pengaruhi oleh hormone, pada perempuan yang memiliki hormone estrogen, hormone ini menyerang autoimun sehingga menimbulkan *Rheumatoid Arthritis* semakin tinggi kandungan hormone estrogen semakin tinggi pula terkena *Rheumatoid Arthritis*. Pada penderita *Rheumatoid Arthritis* faktor yang mempengaruhi penyakit ini yaitu jenis kelamin Perempuan lebih mudah terkena *Rheumathoid Artritis* daripada laki-laki (Fitrianingsih dkk, 2022).

Penelitian dari Andriyani dan Abi Muhlisin, (2023) tentang perempuan lebih sering terkena penyakit sendi dibandingkan laki-laki, penyebab perempuan lebih banyak terkena *Rheumathoid Artritis* belum diketahui secara pasti, namun diduga karena adanya kaitanya dengan faktor genetic. Penelitian dari Manafe dan Berhimpon, (2022) juga mengatakan perempuan memiliki faktor resiko terkena rheumatoid athritis dikarenakan hormone esterogen yang ada pada perempuan dapat meningkatkan resiko *Rheumathoid Artritis* seperti pada perempuan yang sudah memasuki masa menopause, dikarenakan hormone esterogen pada anita terutama yang sudah menopause tidak seimbang sehingga bisa menyebabkan gangguan pada sel-sel persendian dan dapat mempengaruhi terjadinya *Rheumathoid Artritis* (Manafe dan Berhimpon, 2022).

3. Riwayat Mengkonsumsi Obat

Untuk karakteristik riwayat mengkomsumsi obat pada kelompok intervensi didapatkan data terbanyak sebagian besar responden yang mengkonsumsi obat sebesar (35.3%) dan yang tidak mengkonsumsi obat berjumlah (64.7%). Sejalan dengan penelitian Lamangida dkk., (2024) di

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Kabupaten Gorontalo didapatkan lebih dari sebagian (70,2%) responden tidak mengkonsumsi obat secara teratur. Didukung penelitian Ashar, dkk (2020), di Puskesmas Prambanan sebagian besar (65,3%) responden tidak mengkonsumsi obat. Sejalan dengan penelitian Kalaivani, dkk (2021), di Puskesmas Tatelu di dapatakan lebih dari sebagian (67,6%) responden tidak mengkonsumsi obat.

Riwayat mengkonsumsi obat dapat menjadi faktor risiko untuk *Rheumatoid Arthritis* karena beberapa jenis obat, baik yang digunakan untuk mengobati penyakit lain maupun obat-obatan yang bersifat imunomodulator, dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh atau proses inflamasi, yang berperan dalam perkembangan *Rheumatoid Arthritis* seperti obat yang meningkatkan risiko autoimunitas, obat yang mengganggu fungsi sistem imun, obat-obatan yang meningkatkan risiko peradangan, obat-obatan yang memicu respon imun berlebihan, dan obat untuk infeksi atau penyakit yang mengandung alergen alergen (Shalahuddin dkk., 2023)

4. Pekerjaan

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Dalam tabel kategori pekerjaan didapatkan data pada kelompok intervensi sebagian besar 21 orang (61.8%) bekerja dan 13 0rang (38.2%) tidak bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Juliana dkk., (2024), di Kota Parepare yang mana sebagian besar (82,8%) responden bekerja. Penellitian Taiso, dkk (2021), di Puskesmas Lasalepa di temukan sebegaian besar (79,3%) responden bekerja. Pada penelitian Baedlawi, dkk (2023) di wilayah Kota Pontianak juga didapatkan sebagian besar (88,3%) responden bekerja. Hasil penelitian Ba'ka, dkk (2023) di Puskesmas Kampung Yoka didapatkan sebagian besar (82,2%) responden bekerja. Hasil penelitian Simon, (2022) di RSUD Manokwari di dapatkan sebagian besar (89,6%) responden bekerja.

Seseorang yang bekerja cenderung memiliki risiko terkena *Rheumatoid Arthtritis* lebih besar dibandingkan dengan mereka yang tidak bekerja. Hal ini dapat disebabkan oleh kecenderungan untuk lebih

memprioritaskan pekerjaan demi mencapai kesuksesan, yang pada akhirnya menimbulkan stres. Stres tersebut merupakan salah satu faktor pemicu peningkatan Skala Nyeri. Selain itu, padatnya aktivitas kerja sering kali membuat seseorang tidak memiliki waktu untuk melakukan aktivitas fisik seperti olahraga, yang berujung pada akumulasi lemak dalam tubuh dan meningkatkan risiko obesitas. Obesitas sendiri memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian *Rheumatoid Arthtritis* (Juliana dkk, 2024).

A. Perubahan Rata-Rata Pasien *Rheumatoid Arthtritis* Sebelum dan Sesudah Dilakukan Kombinasi Terapi *Isometrik Quadriceps* Dan Terapi *Benson*

Hasil p penelitian ini menujukan bahwa skor nyeri sendi lansia dengan *Rheumatoid Arthtritis* sebelum diberikan intervensi (4.56) dengan standart Deviasi 1.106 nilai min 2 dan max 6 setelah diberikan intervensi mengalami perubahan menjadi (2.53) dengan standart Deviasi 1.187 nilai min 0 dan max 5 dengan penurunan intensitas nyeri. Dapat dilihat hasil diatas terjadi perubahan penurunan skala nyeri sebagian besar skala 3 setelah diberikan intervensi *Isometrik Quadriceps* dan *Benson*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (T. H. Putri, Lina, Sartika, dan Margareta, 2024).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Didapatkan data hasil intensitas Nyeri sebelum dilakukan intervensi *Isometrik Quadriceps* dan *Benson* di Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu sebagian besar responden mengalami Nyeri sedang sebanyak 8 responden (53.3%) dan setelah dilakukan intervensi *Isometrik Quadriceps* di Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu sebagian besar responden mengalami nyeri rigan sebanyak 12 responden (80%).

Hasil analisa rata-rata skala nyeri lansia sebelum dilakukan intervensi *Isometrik Quadriceps* dan *Benson* berada di skala nyeri sedang (4.56) dan setelah diberkan tindakan intervensi menjadi Nyeri ringan (2.53) dengan terjadi penurunan sebesar (2.3). Jika dilihat dari pengaruh kelompok intervensi hasil uji *statistic wilcoxom* menunjukan p value pada kelompok intervensi 0,000 (p value < a 0,05) yang artinya ada perubahan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan tindakan intervensi.

Latihan *Isometrik Quadriceps* efektif mengurangi nyeri sendi dan mengaktifkan otot melalui mekanisme menurunkan traksi dan menginduksi relaksasi yaitu aktin dan miosin ke posisi normal setelah *Overlapping* akibat kontraksi otot yang berlebihan sehingga terjadinya vasodilatasi pembuluh darah yang menyebabkan penurunan rasa nyeri pada lansia dengan *Rheumatoid Arthritis* (Susiladewi dkk., 2023).

B. Pengaruh Pemberian Kombinasi Terapi *Isometrik Quadriceps* Dan Terapi *Benson* Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan *Rheumatoid Arthtritis*

Hasil uji satistik dengan menggunakan Wilcoxon menunjukkan nilai p 0,000 α 0.05 yang artinya ada perbedaan rata-rata Skala Nyeri antara sebelum dan sesudah diberikan terapi. Sehingga dapat disimpulkan Isometrik Quadriceps dan Benson berpengaruh dan efektif dalam menurunkan Skala Nyeri pada pasien Rheumathoid Arthtritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Nyeri pada *Rheumathoid Arthtritis* dianggap hal biasa pada lansia penanganan nyeri pada lansia dengan *Rheumathoid Arthtritis* merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian karena jika penanganan nyeri benar dan tepat, maka Nyeri *Rheumathoid Arthtritis* dapat terkontrol dan terhindar dari komplikasi seperti gangguan fungsi bahkan kelumpuhan (Rejeki, 2020). Latihan *Isometrik Quadriceps* dapat menurunkan intensitas nyeri pada penderita *Rheumatoid Arthritis*, gerakan yang terkandung dalam latihan *Isometrik Quadriceps* adalah gerakan yang sangat efektif, efisien, dan logis karena rangkaian gerakannya dilakukan secara teratur dan terorganisasi bagi penderita *Rheumatoid Arthritis* sehingga membuat otot-otot akan menjadi tetap kencang, memperlancar peredaran darah dan menjaga kadar lemak tetap normal sehingga dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien *Rheumatoid Arthritis* (Abdillah & Haerunisah, 2024).

Gerakan yang dilakukan pada saat melakukan latihan *Isometrik Quadriceps* akan menghasilkan *force* (kekuatan) otot tanpa perubahan

panjang dan hanya sedikit atau tanpa menyebabkan gerakan persendian yang sakit. Latihan *Isometrik Quadriceps* baik dan sesuai digunakan bagi klien yang tidak dapat mentoleransi gerakan sendi berulang seperti pada kondisi Nyeri sendi atau inflamasi (T. H. Putri, Lina, Sartika, Margareta, dkk., 2024).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latihan *Isometrik Quadriceps* dapat menurunkan nyeri pada pasien *Rheumatoid Arthritis,* kontraksi *Isometrik* otot yang kuat akan mempermudah mekanisme *pumping action* sehingga proses metabolisme dan sirkulasi lokal dapat berlangsung dengan baik sebagai akibat dari vasodilatasi dan relaksasi setelah kontraksi maksimal dari otot tersebut. Dengan demikian maka pengangkutan zat sisa sisa metabolism *(psubstance)* melalui proses inflamasi dapat berjalan dengan lancar sehingga rasa nyeri dapat berkurang (Guyton dan Hall, 2022).

Selain itu teknik Benson merupakan teknik relaksasi nafas dalam dengan memberikan aba-aba yang membuat pasien tenang sehingga menyebabkan otot –otot tubuh menjadi relaks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman sehingga mampu merelaksasikan otot-otot serta memberikan efek menenangkan yang akan menimbulkan respon fisiologis seperti penurunan denyut nadi, penurunan konsumsi oksigen dan penurunan tegangan otot. Terapi ini dapat diterapkan pada pola hidup sehari –hari untuk dapat menurunkan skala Nyeri sendi dengan Rheumatoid Arthritis apabila terapi ini dilakukan secara teratur sehingga dapat menurunkan skala Nyeri sendi pada Rheumatoid Arthritis dan membuat tubuh menjadi rileks dan nyaman (Abdillah & Haerunisah, 2024).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Terapi *Benson* merupakan teknik relaksasi yang digabung atau dikombinasi dengan keyakinan yang dianut oleh pasien. Terapi *Benson* merupakan teknik pengobatan yang digunakan pihak rumah sakit pada pasien yang mengalami nyeri atau kecemasan. Terapi yang ditemukan oleh Dr. Herbert *Benson* ini dinilai mampu menurunkan tingkat nyeri atau tingkat kecemasan yang dialami pasien selama perawatan di rumah sakit ataupun bisa dilakukan di rumah. Maryam, (2020) menyatakan bahwa respon fisiologis dari terapi *Benson* ini dapat mengurangi nyeri yang dirasakan dan dapat

meningkatkan rentang gerak pada sendi. Hal ini dikarenakan relaksasi *benson* akan menghambat aktifitas saraf simpatis yang dapat menurunkan konsumsi oksigen oleh tubuh dan selanjutnya otot-otot tubuh menjadi relaks sehingga menimbulkan perasaan tenang dan nyaman Kusuma, (2020).

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti tentang pengaruh terapi Isometrik Quadriceps dan terapi Benson dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan rheumatoid arthtritis di wilayah kerja puskesmas jembatan kecil kota bengkulu tahun 2025 masih memiliki keterbatasan dalam penelitian diantaranya :

1. Pada saat mengambil sampel diperlukan upaya ekstra untuk mencari alamat rumah responden penelitian dengan sistem door to door karena keterbatasan alamat yang tertera di register data puskesmas jembatan kecil kota bengkulu.
2. Pada saat melakukan penelitian peneliti harus sabar dan penuh tenaga ekstra untuk memberikan pemahaman lansia mengenai terapi tindakan yang diberikan.
3. Pada penelitian ini peneliti sedikit kesulitan dalam meberikan pemahaman lansia mengenai penyakit yang diderita karena faktor usia yang membuat lambat dalam mencerna masukan materi.
4. Pada penelitian yang dilakukan sedikit terkendela cara berkomunikasi yang efektif dengan lansia dikarnakan kekurangan lansia dalam mendengar.
5. Pola penelitian ini peneliti tidak ikut mengontrol pola konsumsi obat pola makan sehari-hari dan aktifitas harian lansia yang dapat memperngaruhi tindakan intervensi.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu