

IMPLEMENTASI EDUKASI TERHADAP SELF EFFICACY PADA LANSIA YANG MENGALAMI NYERI RHEUMATOID ARTRITIS (RA) DI UPT PELAYANAAN SOSIAL LANJUT USIA

Villa Edilla Alfiatun Nikmah¹, Muchti Yuda Pratama², Nina Olivia³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Kesdam I/ bukit Barisan Medan

E-mail: Edillavilla25@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received :25-01-2026

Revised :05-02-2026

Accepted :12-02-2026

Keywords: Education, self efficacy, Rheumatoid Arthritis, pain

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

The pain sensation in Rheumatoid Arthritis (RA) leads to decreased self-efficacy, namely an individual's belief in their ability to perform activities. One of the non- pharmacological methods to address this pain problem is through education on warm compress therapy. This therapy provides a warming sensation that can enhance comfort and reduce pain. The objective of this study is to describe the implementation of warm compress education on self-efficacy in elderly patients with RA. This research employed a descriptive design with a nursing care approach, encompassing the stages of assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The study involved two elderly respondents experiencing moderate pain intensity and self-efficacy scores below 30 in RA. Warm compress therapy was administered for 20 minutes, twice a week. To assess self-efficacy, the Patient Self-Efficacy Questionnaire (PSEQ) was used. The findings indicated an increase in self-efficacy from below 30 to above 60, as well as improvement in respondents' ability to perform daily activities. In addition, joint pain intensity decreased from a moderate level to a mild level. This study is expected to serve as a reference for patients to implement the therapy and as a source for developing Standard Operating Procedures (SOP) for pain management in RA patients at elderly care facilities

ABSTRAK

Sensasi Nyeri pada penyakit *Rheumatoid Arthritis (RA)* mengakibatkan masalah penurunan *Self efficacy* atau keyakinan seseorang terhadap kemampuannya melakukan aktivitas. Salah satu metode non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah nyeri tersebut adalah dengan pemberian edukasi tentang terapi kompres hangat. Terapi ini dapat memberikan sensasi hangat sehingga mampu meningkatkan kenyamanan dan meredakan nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran implementasi edukasi kompres hangat terhadap *Self efficacy* pada lansia dengan penyakit RA. Metode penelitian yang digunakan secara deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan, yang mencakup tahap pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Penelitian ini menggunakan dua orang responden lansia yang mengalami nyeri dengan intensitas sedang dan skor *Self-Efficacy* <30 pada penyakit RA. Pemberian kompres hangat dilakukan selama 20 menit, dan dilakukan dua kali dalam 1 minggu. Untuk menilai *Self-Efficacy*, digunakan kuesioner *Patient Self-Efficacy Questionnaire (PSEQ)*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan *self Self-Efficacy* dari nilai < 30 menjadi > 60 serta kemampuan responden dalam melakukan aktivitas, Adanya penurunan skala nyeri sendi dari intensitas skala sedang menjadi skala ringan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penderitanya untuk mengimplementasikan seta dapat digunakan sebagai sumber penyusunan standart operasional (SOP) penanganan nyeri bagi pasien RA di fasilitas pelayanan lanjut usia.

PENDAHULUAN

Prevelensi penyakit lansia berdasarkan *World Health Organization (WHO)* mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Menurut *World Health Organization (2022)*, secara global angka kehidupan lansia di dunia akan terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2020 dijumpai sebanyak 1 miliar dan pada tahun 2022 menjadi 1,4 miliar dan diperkirakan pada tahun 2050, populasi dunia yang berusia 60 tahun ke atas akan berlipat ganda menjadi 2,1 miliar. Diperkirakan pada tahun 2030 dijumpai 1 dari 6 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Sedangkan yang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipa tantara tahun 2020 dan 2050 hingga mencapai 426 juta jiwa (Suparyanto dan Rosad, 2022). Lansia akan rentan mengalami penyakit seperti kehilangan penedengaran, katarak, nyeri tulang belakang, *Rheumatoid Atrithis*, nyeri sendi (WHO,2024).

Prevelensi *Rheumatoid Arthritis* (RA) di seluruh dunia mencapai angka 355 juta jiwa pada tahun 2022. Selanjutnya pada tahun 2023 jumlah kasus *Rheumatoid Arthritis* (RA) berdasarkan profil Kesehatan Indonesia meningkat menjadi 23,711 dikutip dari, Prevalensi *Rheumatoid Arthritis* (RA) mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, Artinya satu dari enam orang di dunia ini menderita *Rheumatoid Arthritis* (RA) . Di perkirakan angka ini terus meningkat sampai 2030 lebih dari 25% akan mengalami kondisi kelumpuhan. Berdasarkan data Satu Sehat Indonesia Kementerian Bappenas diperoleh jumlah kasus *Rheumatoid Arthritis* (RA) pada tahun 2021 sebanyak 16679 kasus. (Sastra 2025., وآخ).

Rheumatoid Arthritis adalah penyakit inflamasi kronis, autoimun, dan poliartikular yang sistematis dan umum, yang menyebabkan berbagai manifestasi klinis, termasuk pembengkakan sendi, kemerahan, nyeri, kaku, kelelahan, penurunan kualitas hidup, kecacatan progresif, masalah kardiovaskular, dan penyakit kardiovaskular Penyakit penyerta lainnya (Ns, n.d.2024).

Gejala klinis yang diakibatkan *Rheumatoid Arthritis* (RA) pada stadium ditruksi adalah nyeri pada sendi. Nyeri yang muncul pada *Rheumatoid Arthritis* (RA) sering mengakibatkan gangguan kenyamanan, nyeri dan keterbatasan mobilitas fisik bagi para penderitanya, hingga beresiko menyebabkan kecacatan dan kelumpuhan (Elviani وآخ., 2021).

Terapi non farmakologi yang dapat digunakan dalam menurunkan nyeri antara lain terapi konservatif mencakup penggunaan dengan latihan rentang gerak, stimulus dan terapi kompres air hangat, upaya untuk dapat mengatasi rasa nyeri pada lansia dengan beberapa tindakan non farmakologi di atas maka terlebih dahulu diberikan Edukasi (Pudjiati 2020., وآخ). Rasa nyeri yang dirasakan oleh pasien dapat mengakibatkan anggapan dirinya kurang mampu melakukan sesuatu, begitu juga dengan banyak pikiran dan stress yang dialami oleh pasien hal ini menyebabkan tingkat *Self Efficacy* pasien tersebut menjadi terganggu (Ita Sulistiani, 2024).

Self Efficacy merupakan kepercayaan seseorang dalam menentukan bagaimana orang merasakan, memikirkan, mengerjakan, bertindak dan keyakinan bahwa seseorang mempunyai kemampuan untuk melakukan kegiatan tertentu (Romadhon 2020., وآخ). *Self efficacy* didefinisikan sebagai keyakinan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk dapat (Minarni, 2020).

Penelitian (Pudjiati et al., 2020) tentang Pengaruh Edukasi Terhadap *Self Efficacy* Lansia Dalam Mengatasi Nyeri Sendi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar responden lansia baik pada kelompok control maupun kelompok intervensi berjenis kelamin laki-laki dengan usia 60 tahun keatas. Namun skala nyeri yang dialami kelompok intervensi sekitar 4-6, sedangkan kelompok control skala nyeri 1-3, terdapat perbedaan bermakna *Self Efficacy* terhadap nyeri pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah edukasi, edukasi yang diberikan untuk mengatasi nyeri adalah dengan kompres air hangat. Alat yang dipergunakan kuesioner tentang *Self Efficacy*.

Berdasarkan data yang didapatkan peneliti, peneliti tertarik untuk melakukan implementasi edukasi terhadap *self efficacy* pada lansia yang mengalami *nyeri rheumatoid artrithis (ra)* di upt pelayanan sosial lanjut usia.

METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek yang digunakan adalah 2 pasien dengan kasus dan masalah keperawatan yang sama. Studi kasus berjudul Implementasi Edukasi Terhadap *Self Efficacy* Pada Lansia Yang Mengalami Nyeri *Rheumatoid Arthritis* di UPT pelayanan sosial lanjut usia Binjai. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi penelitian ini adalah : Lansia bersedia menjadi responden, lansia yang menderita *Rheumatoid Athritis* dengan masalah keperawatan nyeri skala dari (4-6), lansia dengan usia 60-70 tahun, bersedia mnjadi responden. kriteria Eksklusi: lansia tidak bersedia menjadi responden, lansia yang menderita *Rheumatoid Atritis (RA)* dengan komplikasi, responden tidak diikuti bila skala nyeri berat skala (7-10)

Peneliti penelitian dari tanggal 05 Mei 2025 sampai tanggal 10 Mei 2025. sesuai dengan rancangan penelitian. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi pengkajian fisik (dengan pendekatan secara: inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi pada responden). Metode Analisa Data meliputi data subjektif dan data objektif dalam bentuk table dan bentuk narasi untuk menjelaskan hasil studi kasus. Penerapan etik yang dilakukan dalam penelitian dengan menggunakan aspek etika penelitian, yang meliputi *anonimity* (anonimitas), *confidentiality* (kerahasiaan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti melakukan penelitian pada kasus 1 dan kasus 2, di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, kasus ini di mulai dari tanggal 05 Mei 2025 sampai tanggal 10 Mei 2025. dengan melakukan implementasi edukasi terhadap *self efficacy* pada lansia yang mengalami *nyeri rheumatoid artrithis (ra)*. Hasil penelitian didapatkan dapatkan hasil data wawancara dan observasi dari kedua pasien Ny.S dan Ny. A secara lansung. Di dapatkan data identitas kasus I dangan nama Ny.S adalah seorang lansia berumur 76 tahun, jenis kelamin perempuan , beragama islam, dengan keluhan Klien mengatakan sering mengalami nyeri dipunggung bagian bawah sebelah kanan dengan skala nyeri 5 (0-10). Saat ini pasien mengalami penyakit *rhemathoid arthritis(RA)* 4 tahun yang lalu sedangkan pada kasus II dengan nama Ny.A adalah seorang lansia berumur 64 tahun. Jenis kelamin perempuan , beragama islam, Klien mengatakan sering mengalami nyeri dibagian punggung bagian bawah dengan skala nyeri 5 (0-10) Saat ini pasien mengalami penyakit *rheumatoid arthrititis* sejak kurang lebih 3 tahun yang lalu.

Riwayat penyakit dahulu pada kasus I pasien Ny.S mengatakan nyeri punggung bagian bawah sebelah kanan sudah mengalami nyeri kurang lebih sejak 4 tahun yang lalu. Riwayat penyakit dahulu pada kasus I pasien Ny.S mengatakan nyeri punggung

bagian bawah sebelah kanan sudah mengalami nyeri kurang lebih sejak 4 tahun yang lalu. Penelitian (Pudjiati et al., 2020) tentang Pengaruh Edukasi Terhadap *Self Efficacy* Lansia Dalam Mengatasi Nyeri Sendi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar responden lansia usia 60 tahun keatas. Namun skala nyeri yang dialami sekitar 4-6, sedangkan skala nyeri 1-3, terdapat perbedaan bermakna *Self Efficacy* terhadap nyeri pada sebelum dan sesudah edukasi, edukasi yang diberikan untuk mengatasi nyeri adalah dengan *kompres air hangat*. Alat yang dipergunakan kuesioner tentang *Self Efficacy*, Hasil penelitian dilakukan dengan hasil bahwa edukasi pemberian *kompres air hangat* lebih berpengaruh terhadap *Self Efficacy* rasa nyeri .

Setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan melakukan teknik terapi *kompres hangat* 2x dalam satu minggu dengan durasi 20 menit selama 6 hari mulai tanggal tanggal 05 mei 2025 sampai 10 mei 2025 di upt pelayanan sosial lanjut usia binjai. pada kasus I dan kasus II didapatkan hasil data subjektif berupa kedua pasien mengatakan nyeri punggung bawah sudah berkurang dan saat klien berdiri dan sulit beraktivitas sudah lebih berkurang , skala nyeri sudah turun dari skala 5 (0-10) menjadi skala 2 (0-10) yaitu artinya dari skala nyeri sedang menjadi nyeri ringan, tanda tanda vital TD : 130/80 mmHg, T : 36°C, HR : 93 x/I, RR : 22 x/I. Responden yang sebelum nya merasakan skala nyeri dimana awal mula skala nyeri Ny.S 5 (0-10) dengan skala nyeri sedang menjadi skala 2 (0-10) nyeri ringan dengan keadaan pasien jauh lebih tenang saat musim dingin, tidak meringis kesakitan dan sudah mampu menuntaskan aktivitas.

Hal ini didukung pula oleh (Devi Novita Damanik, 2019) terapi *Rhaumatoid Athritis* dapat dilakukan dengan terapi herbal atau dengan menggunakan dengan cara terapi *kompres hangat*, *Kompres air hangat* dapat dilakukan oleh semua orang yang menderita *Rheumatoid Athrithis* dan *kompres air hangat* lebih efektif dilakukan setiap saat ketika nyeri *Rheumatoid Athrithis* terasa atau kambuh.

Sehingga dapat disimpulkan terapi *kompres hangat* terbukti mampu meningkatkan *self efficacy* lansia dalam melakukan perawatan secara mandiri serta berkontribusi dalam menurunkan intensitas nyeri, dengan demikian, *kompres hangat* dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis, dan penelitian ini menunjukkan bawa edukasi memiliki efektivitas dalam mengurangi tingkat nyeri pada lansia.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari kedua responden setelah dilakukan terapi *kompres hangat* selama 6 hari didapatkan hasil mampu menurunkan nyeri. Responden yang sebelum nya merasakan skala nyeri dimana awal mula skala nyeri Ny.S 5 (0-10) dengan skala nyeri sedang menjadi skala 2 (0-10) nyeri ringan dengan keadaan pasien jauh lebih tenang saat musim dingin, tidak meringis kesakitan dan sudah mampu menuntaskan aktivitas. Sedangkan Ny.A didapatkan skala nyeri dimana awal mula skala nyeri Ny.A 5 (0-10) dengan skala nyeri sedang menjadi skala 2 (0-10) nyeri ringan dengan keadaan pasien jauh lebih tenang, tidak kesakitan dan sudah mampu menuntaskan aktivitas dan sudah bisa tidur lebih nyenyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani. (2022). *buku ajar keperawatan gerontik*.
- amalia. (2019). *perawatan lansia oleh keluarga dan care giver*.
- Andari, F. N., Santri, R. A., & Nurhayati, N. (2021). Terapi Benson Untuk Penurunan Nyeri Rheumatoid Arthritis Lansia. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 4(2), 345–356. <https://doi.org/10.33369/jvk.v4i2.19103>
- Aniarti, R. (2024). Pengetahuan dan Efikasi Diri Terhadap Pengendalian Nyeri pada Pasien Kanker Serviks. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(1), 142–148.
- Apr. (2023). *sel punca messenkimal pada rheumatoid athritis*.
- Ariyanti. (2024a). *keperawatan gerontik*.
- Ariyanti. (2024b). *keperawatan gerontik*.
- Ariyanti. (2024c). *Keperawatan gerontik*.
- dessy. (2024). *bunga rampai keperawatan gerontik*.
- Devi Novita Damanik. (2019). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Reumatoid Artritis Di Desa Kotasan Kecamatan Galang. *Kesehatan Gaya Hidup Modern bisa Disebabkan Reumatik*, 4(1), 9–15.
- Elviani, Y., Zuraidah, S., & Wibowo, W. D. A. (2021). Penderita Rheumatoid Arthritis Didesa Perigi Kecamatan Pulau Pinang Kabupaten Lahat Tahun 2020. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 428–432.
- Festi. (2020). *buku ajar lansia lanjut usia, perspektif dan masalah*.
- Ika, oktavia dahlia. (2019). Laporan Kasus: Amenore Primer, 21(CMML), 30–37.
- indramayu. (2024). *pengolaan dan peningkatan kesehatan lanjut usia*.
- Ita Sulistiani, N. D. (2024). Hubungan Tingkat Nyeri Dengan Self-Efficacy Mobilisasi Pada Pasien. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 383–396.
- Krisdiana, H. (2020). Pemberian Kompres Hangat Dan Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri. *في Ekp* (1580–1576. ص.ص. عدد 3, مج. 13).
- mailani fitri ns., mkep. (2022). *pengetahuan self-management dan self-efficacy pasien penyakit rheumatoid Athritis*.
- Minarni, M. (2020). Efikasi Diri Guru. *في POROS ONIM: Jurnal Sosial Keagamaan* (2 عدد 1, مج. 1). <https://doi.org/10.53491/porosnim.v1i2.33>
- Mujiadi. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. *في STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Name, P. (د.ت). *Pseq questionnaire*. 6–7.
- ningtyas Rahayu wayan ni., m. tr. ke. (2023). *bunga rampai manajemen nyeri*.
- ningtyas rahayu wayan ni, m. tr. ke. (2023). *bunga rampai manajemen nyeri*.
- Notoadmojo. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*.
- Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Ns, V. A. (2024). *Rheumatoid Arthritis*.
- Nurhanifa. (2022a). *manajemen nyeri non farmakologi*.
- Nurhanifa. (2022b). *MANAJEMEN NYERI NONFARMAKOLOGI*.
- prasetya fikki,skm., m. ke. (2021). *buku ajar psikologi kesehatan*.
- prasetya fikki.,skm., m. ke. (2021). *buku ajar psikologi kesehatan*.

- Pudjiati, P., Rosidawati, R., & Ekasari, M. F. (2020). Pengaruh Edukasi terhadap Self Efficacy Lansia dalam Mengatasi Nyeri Sendi dan Meningkatkan Mobilisasi. *Jkep*, 3(2), 81–95. <https://doi.org/10.32668/jkep.v3i2.204>
- Rahayu. (2023). *bunga rampai manajemen nyeri*.
- Romadhon, W. A., Haryanto, J., Makhfudli, M., & Hadisuyatmana, S. (2020). Hubungan antara Self Efficacy dan Self Care Behavior pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(4), 394. <https://doi.org/10.33846/sf11414>
- Rosdiana, N., Suleman, H. K., & Galuh, U. (2024). *Pengaruh Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis di Puskesmas Imbanagara Kabupaten Ciamis Tahun 2023*. 1, 135–140.
- Samuel. (2018). *nyeri lutut*.
- Sastra, S. A., Keperawatan, S. S., & Teknologi, I. (2025). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Anggaberu Kabupaten Konawe Tahun 2024 dialami oleh lansia yaitu rheumatoid arthritis . 2020 , prevalensi rheumatoid arthritis di Berdasarkan data Satu . 4(1), 37–48*.
- Shawa. (2024). *Rheumatoid Arthritis*.
- Sudargo. (2021a). *asuhan gizi pada lanjut usia*.
- Sudargo. (2021b). *Asuhan gizi pada lanjut usia*.
- Sudargo. (2021c). *Asuhan gizi pada lanjut usia*.
- Suparyanto dan Rosad. (2022). *World Health Organization (2022)*,. 3.
- Suriyanti. (2019). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Pada Sistem Muskuloskeletal*.
- Tuntungan. (2022). 3) 1)2)3). 6(1), 77–86.
- wahyudi. (2021). *asuhan keperawatan gangguan sistem muskuloskeletal*.
- Wahyudi. (2021). *Asuhan Keperawatan gangguan sistem muskuloskeletal*.
- yulis. (2023). *bunga rampai patofisiologi maskuloskeletal*.