

MANAGING ARTHRITIS

Kelompok 1



DISUSUN OLEH

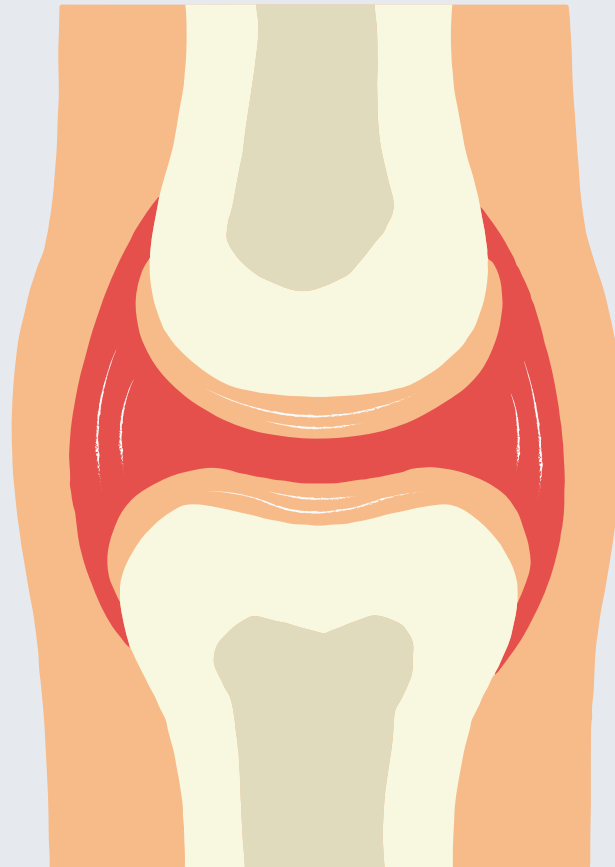
<u>1. Didik Kurniawan</u>	SKA12022014
<u>2. Dina Ambarwati</u>	SKA12022015
<u>3. Nisfi Marya S</u>	SKA12022025
<u>4. Rahmatika CS</u>	SKA12022028
<u>5. Ratih Mukti S</u>	SKA12022030
<u>6. Sindy Oktavia M</u>	SKA12022036
<u>7. Tryphonia Gratia SDS</u>	SKA12022036
<u>8. Valen Kezia</u>	SKA12022041
<u>9. Yoga Ardiansyah</u>	SKA12022043

LATAR BELAKANG

Arthritis, terutama osteoarthritis (OA), adalah penyakit sendi degeneratif yang umum terjadi dan sangat memengaruhi populasi lansia. OA ditandai dengan kerusakan tulang rawan sendi yang menyebabkan nyeri, kekakuan, serta penurunan mobilitas, sehingga berdampak pada kualitas hidup penderitanya. Oleh karena itu, strategi manajemen yang efektif sangat penting untuk mengurangi gejala dan meningkatkan fungsi sehari-hari.

DEFINISI

Arthritis



Peradangan yang terjadi pada sendi atau mengenai semua bagian sendi seperti jaringan ikat, synovial, tulang rawan, tulang keras atau bagian lain pada sendi yang dapat menyebabkan kerusakan sendi. Penyakit ini biasanya muncul pada usia 40 tahun keatas dengan derajat ringan sampai berat sesuai pertambahan usia yang semakin meningkat mortalitasnya pada usia lansia serta perkembangan penyakit (Platini et al., 2018).

PATOFISIOLOGI

Arthritis

Rheumatoid arthritis akibat reaksi autoimun dalam jaringan sinovial yang melibatkan proses fagositosis. Dalam prosesnya, dihasilkan enzim-enzim dalam sendi. Enzim-enzim tersebut selanjutnya akan memecah kolagen sehingga terjadi edema, proliferasi membran sinovial dan akhirnya terjadi pembentukan pannus. Pannus akan menghancurkan tulang rawan dan menimbulkan erosi tulang. Akibatnya adalah menghilangnya permukaan sendi yang akan mengganggu gerak sendi (Putra, 2023).

ETIOLOGI

Arthritis

Menurut (Fitriana et al., 2023) Penyebab atau etiologi dari rheumatoid arthritis yaitu :

1. Usia lebih dari 40 tahun
2. Jenis kelamin wanita lebih sering
3. Suku bangsa
4. Genetik
5. Kegemukan
6. Cedera sendi, pekerjaan dan olahraga
7. Kelainan pertumbuhan
8. Kepadatan tulang

PENATALAKSANAAN MEDIS DAN KEPERAWATAN

Arthritis

Penatalaksanaan medis dan keperawatan di rumah sangat penting untuk mengurangi gejala dan meningkatkan fungsi sendi. Menurut (Sofia & Yanti, 2022) ada beberapa penatalaksanaan yang dapat diterapkan:

1. Obat-obatan
2. Kompres Hangat dengan Jahe Merah
3. Latihan Rentang Gerak (Range of Motion/ROM)
4. Fisioterapi

CONTOH KASUS

Nyonya Ani: Manajemen Arthritis Reumatoid (Meistika & Prasetyawati, 2022)

Data Pasien:

Nama/umur: Nyonya Ani/56 tahun

Diagnosis: Arthritis Reumatoid selama 8 tahun

Keluhan utama: Nyeri sendi yang memburuk, terutama pada pagi hari

Status fungsional: Kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari seperti mandi, berpakaian, dan memasak.

PENGKAJIAN

Nyeri sendi: Skala nyeri 7/10, terutama pada jari tangan, pergelangan tangan, lutut, dan pergelangan kaki, Kekakuan sendi di pagi hari berlangsung hingga 1-2 jam, Pembengkakan dan kemerahan pada sendi yang terkena, Rentang gerak terbatas, Deformitas ringan pada jari tangan, Kelelahan kronis, Penurunan berat badan 3 kg dalam 3 bulan terakhir, Kesulitan tidur karena nyeri, Menunjukkan tanda-tanda depresi ringan.

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN

Implementasi Keperawatan

1. Manajemen Nyeri
2. Peningkatan Mobilitas Fisik
3. Perbaikan Nutrisi
4. Manajemen Kelelahan
5. Dukungan Psikososial
6. Pendidikan Kesehatan
7. Evaluasi

KETEPATAN MEMBERIKAN CONTOH KASUS

Nyonya Ani: Manajemen Arthritis Reumatoid (Meistika & Prasetyawati, 2022)

Data Pasien:

Nama/umur: Nyonya Ani/56 tahun

Diagnosis: Arthritis Reumatoid selama 8 tahun

Keluhan utama: Nyeri sendi yang memburuk, terutama pada pagi hari

Status fungsional: Kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari seperti mandi, berpakaian, dan memasak

Implikasi Keperawatan :

1. Obat - obatan. Obat anti inflamasi non steroid bekerja sebagai analgetik dan sekaligus mengurangi sinovitis, meskipun tak dapat memperbaiki atau menghentikan proses patologis osteoarthritis
2. Kompres Hangat dengan Jahe Merah. Pemberian kompres hangat menggunakan jahe merah dapat membantu mengurangi nyeri pada lansia dengan rheumatoid arthritis.
3. Latihan Rentang Gerak (Range of Motion/ROM). Latihan rentang gerak aktif dan pasif penting untuk meningkatkan mobilitas sendi pada lansia dengan rheumatoid arthritis.
4. Fisioterapi. Fisioterapi penatalaksanaan berperan osteoarthritis, penting pada yang meliputi pemakaian panas dan dingin dan program latihan yang tepat.

KETEPATAN TINDAKAN YANG DILAKUKAN

1. Manajemen nyeri
2. Terapi penyakit dasar Disease-Modifying Antirheumatic Drugs (DMARDs)
3. Intervensi non-farmakologi

REKOMENDASI TINDAKAN

1. Farmakologis

- a. DMARDs, Mulai atau optimalkan dosis methotrexate (misalnya 15–25 mg/minggu) dengan suplementasi asam folat.
- b. Kortikosteroid, Prednison dosis rendah (5–10 mg/hari) untuk mengurangi nyeri dan inflamasi akut.
- c. Analgesik, Gabungkan paracetamol dengan tramadol untuk nyeri malam hari yang mengganggu tidur.

2. Non-farmakologis

- a. Fisioterapi: Latihan rentang gerak pasif dan aktif untuk sendi yang kaku.
- b. Alat bantu: Berikan alat dressing stick atau kursi shower untuk memudahkan aktivitas mandi dan berpakaian
- c. Diet: Konsultasi ahli gizi untuk meningkatkan asupan kalori dan antioksidan (misalnya omega-3).

RENCANA TINDAK LANJUT DAN TINDAKAN YANG DIBERIKAN

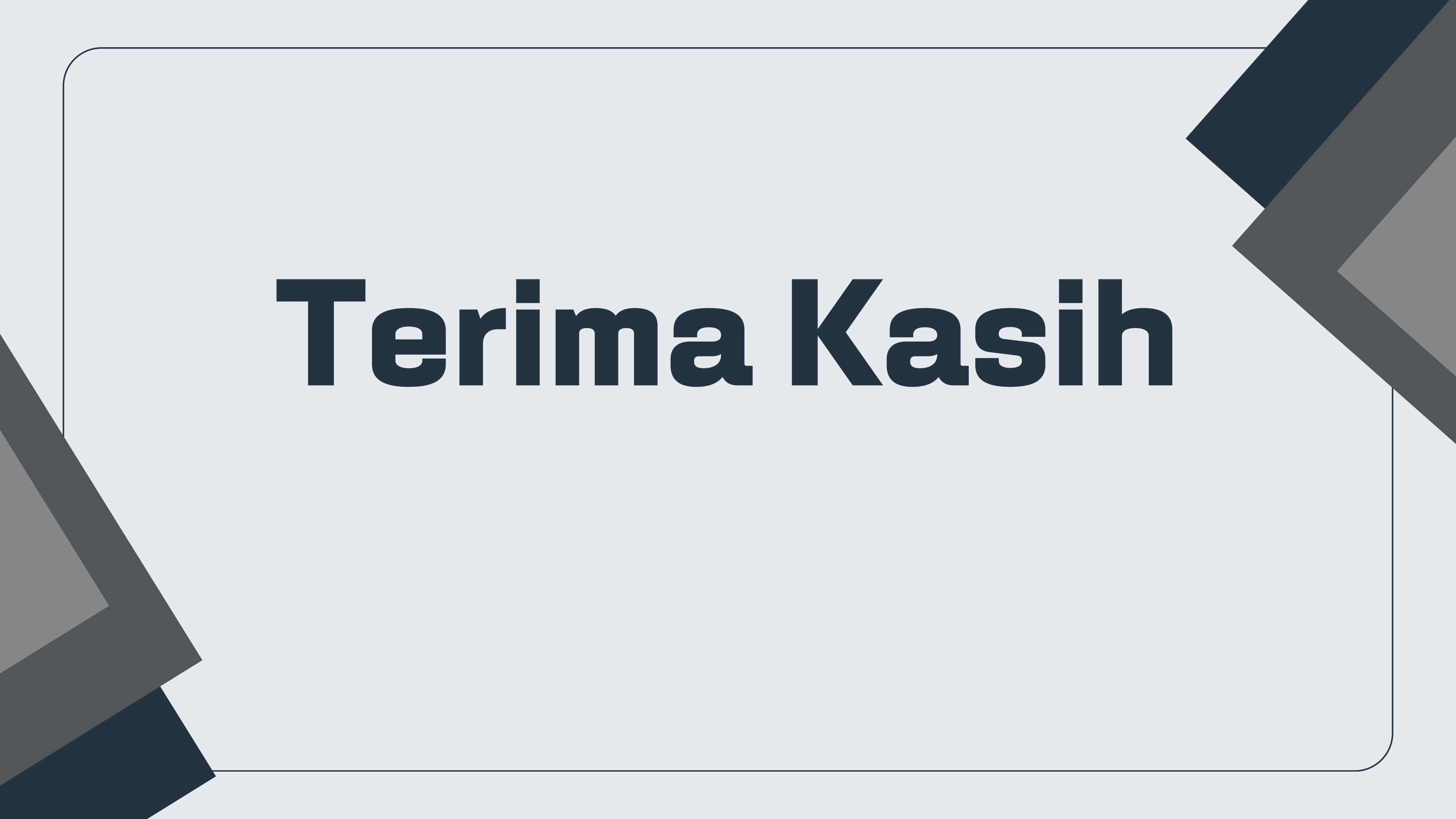
1. Pemantauan mingguan; Evaluasi skala nyeri, durasi kekakuan pagi, dan kemampuan aktivitas harian menggunakan Health Assessment Questionnaire (HAQ). Pemeriksaan CRP/ESR setiap 2-4 minggu untuk menilai respons terapi.
2. Penyesuaian terapi; Jika DMARDs konvensional tidak efektif dalam 3 bulan, rujuk ke spesialis reumatologi untuk terapi biologis. Pantau efek samping methotrexate (fungsi hati, leukopenia) setiap 1-2 bulan.
3. Edukasi pasien; Teknik penghematan sendi saat memasak atau membersihkan rumah. Pentingnya kepatuhan obat dan deteksi dini flareup (misalnya peningkatan pembengkakan sendi)

KESIMPULAN

Arthritis merupakan kondisi yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Namun, dengan pengelolaan yang tepat, gejala arthritis dapat dikurangi dan kualitas hidup dapat ditingkatkan. Pengelolaan arthritis dapat dilakukan melalui kombinasi dari pengobatan medis, perubahan gaya hidup, dan terapi alternatif. Oleh karena itu, penting untuk memahami gejala arthritis dan melakukan pengelolaan yang tepat untuk mengurangi gejala dan meningkatkan kualitas hidup.

SARAN

1. Pemeriksaan kesehatan secara teratur
2. Pengobatan medis yang tepat
3. Perubahan gaya hidup
4. Terapi alternatif
5. Pendidikan dan dukungan

The image features a light blue background with a thin dark blue border. In the corners, there are decorative geometric shapes: a dark blue triangle in the top-right, a grey triangle in the bottom-right, and a grey triangle in the bottom-left. The text "Terima Kasih" is centered in a bold, dark blue font.

Terima Kasih