PENERAPAN *LOCOMOTION TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN FUNGSI FISIK & KUALITAS HIDUP PASIEN LANSIA DENGAN *RHEUMATOID ARTHRITIS*

Berlian Kasih Kurniawati, Asita Rohmah Mutnawasitoh

kasihberlian3@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar belakang: Lansia merupakan tahap akhir perkembangan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan fisiologis, psikologis, dan sosial yang dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan, salah satunya *rheumatoid arthritis*. *Rheumatoid arthriti*s adalah penyakit autoimun kronis yang menyebabkan peradangan sendi, nyeri, penurunan fungsi fisik, serta penurunan kualitas hidup, terutama pada lansia. Peningkatan jumlah lansia di Indonesia berbanding lurus dengan meningkatnya prevalensi *rheumatoid arthritis*, sehingga diperlukan penanganan yang tepat. Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah fisioterapi melalui latihan fisik. *Locomotion training* merupakan latihan yang menggabungkan unsur kekuatan dan keseimbangan yang sederhana, aman, dan efektif untuk meningkatkan fungsi fisik lansia. **Tujuan:** Meningkatkan pengetahuan bagi lansia mengenai penerapan *Locomotion training* untuk meningkatkan fungsi fisik dan kualitas hidup lansia dengan *rheumatoid arthritis.* **Metode:** Metode yang digunakan dalam media KIE adalah *Video. Video* dipilih sebagai media karena memiliki beberapa keunggulan.*Video* dibuat dengan memperhatikan pedoman dari Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. **Hasil:** Media cetak yang digunakan dalam KIE berupa *video* dapat didistribusikan secara langsung kepada lansia. **Kesimpulan:** Media edukasi berupa *video locomotion training* dapat menjadi sarana yang efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia mengenai latihan fisik yang aman dan mandiri. Penerapan locomotion training diharapkan mampu membantu meningkatkan fungsi fisik dan kualitas hidup lansia dengan *rheumatoid arthritis*.

Kata Kunci: *Rheumatoid Arthritis, Locomotion Training*, Fungsi fisik, Kualitas Hidup.