

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI *Range Of Motion* (ROM) TERHADAP
PEMENUHAN *Activity Daily Living* (ADL) PADA Lanjut Usia (LANSIA) DI
PANTI TRESNA WERDHA HARGO DEDALI SURABAYA



Oleh :

ROBETH ILMAN GUNAWAN
NIM :20.111.660.064

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2016

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI *Range Of Motion* (ROM) TERHADAP
PEMENUHAN *Activity Daily Living* (ADL) PADA Lanjut Usia (LANSIA) DI
PANTI TRESNA WERDHA HARGO DEDALI SURABAYA
Untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya



Oleh :
ROBETH ILMAN GUNAWAN
NIM :20.111.660.064

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2016

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Robeth Ilman Gunawan

NIM : 20111660064

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 10 Februari 2016

Yang membuat pernyataan,

Robeth Ilman Gunawan

20.111.660.064

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 10 Februari 2016

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Fatin Lailatul B. S.Kep,Ns. M.kep

Retno Sumara S.Kep.Ns,M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Anis Rosyiatul Husna, S.kep., Ns., M.Kes.

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan tim penguji ujian sidang skripsi
pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhamadiyah Surabaya
Pada tanggal, 10 Februari 2016

Tim Penguji

Ketua :Aries Chandra A.,S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.An. (.....)

Anggota :1.Fatin Lailatul B.,S.Kep.,Ns., M.Kep. (.....)

Anggota :2.Retno Sumara,S.Kep., Ns., M.Kep. (.....)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dr. Nur Mukarromah, S.KM.,M.Kes.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas ridhaNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh terapi ROM terhadap pemenuhan ADL pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Dalam penulisan skripsi ini peneliti telah banyak mendapat dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan setulus hati kepada semua pihak yang telah membantu, khususnya dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing.

Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu saran dan kritik khususnya kepada Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji, demi perbaikan sangat peneliti harapkan. Dan semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi peneliti dan pembaca serta perkembangan ilmu keperawatan pada umumnya.

Surabaya, 10 Februari 2016

Peneliti

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan berupa nikmat iman dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi *Range Of Motion* (Rom) Terhadap Pemenuhan *Activity Daily Living* (Adl) Pada Lanjut Usia (Lansia) Di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya”. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu perkenakan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Dr. H. Sukadiono, MM, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surabaya
2. Dr. Hj. Nur Mukarromah, S.KM., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Keperawatan.
3. Anis Rosyiatul H, S.Kep, Ns., M.Kes selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian ini
4. Fatin Lailatul B.,S.Kep.,Ns., M.Kep selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan dan mengarahkan penulisan penyelesaian skripsi ini
5. Retno Sumara,S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan, semangat, serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Aries Chandra A.,S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.An selaku ketua penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk membangun dan memperbaiki skripsi ini dengan penuh kesabaran.
7. Segenap dosen Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah berbagi ilmu selama pendidikan
8. Ayah (Ir. Gunawan W) dan Ibu (Sri Nurhayati) tercinta yang penuh kasih sayang dan penuh kesabaran serta tulus mendoakanku di setiap waktunya, yang telah bekerja keras dalam membimbing dan mendidik anak-anaknya sampai jenjang pendidikan tinggi dan mencapai cita-cita.
9. Semua saudaraku dan semua keluarga besarku yang terus memberikan semangat dalam setiap langkahku dalam menuntut ilmu demi menggapai cita-cita.
10. Teruntuk sahabat-sahabatku Dadiyo, Sally, Firman, Opeck, Holis, Panji, Masyudiono, Lina, Adelin, dan Shofi yang telah membantu dan memberikan semangat dalam penelitian ini
11. Teman-teman Program Studi S1 Keperawatan Program A angkatan 2011 (A7) terima kasih atas semangat yang diberikan dan kekompakan kebersamaan kita selama ini akan terkenang untuk selamanya.

Semoga amal kebbaikannya mendapat imbalan pahala dari Allah SWT, dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata semoga karya tulis yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI *Range Of Motion* (ROM) TERHADAP PEMENUHAN *Activity Daily Living* (ADL) PADA LANJUT USIA (LANSIA) DI PANTI TRESNA WERDHA HARGODADALI SURABAYA

Oleh:

Robeth Ilman Gunawan 20111660064

Latihan ROM merupakan salah satu alternatif latihan yang dapat dilakukan oleh lansia dengan keterbatasan gerak sendi. Latihan ROM dapat dilakukan dengan posisi duduk dan berdiri serta pada posisi terlentang di tempat tidur. Lansia yang kurang mampu melakukan latihan fisik atau olah raga karena sakit dan lemah, dapat melakukan gerakan-gerakan sederhana yang menyerupai senam. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh terapi ROM terhadap pemenuhan ADL pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan *pre- experimental design, one group pre-test post-test design* sebelum diberikan perlakuan, variabel diobservasi/ diukur terlebih dahulu (*pre-test*) setelah itu dilakukan perlakuan terapi ROM dan dilakukan pengukuran/ observasi *indek katz* (*post test*).

Dengan menggunakan *uji wilcoxon sign rank test* signifikansi $\rho = 0,000$ sehingga $\rho < \alpha$, H_1 diterima, yang berarti ada pengaruh terapi ROM terhadap pemenuhan ADL (mandi, berpakaian, toileting, berpindah, dan makan) pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya. Terapi ROM sangat bermanfaat bagi lansia yang mengalami penurunan kebutuhan ADL, diantaranya manfaat ROM yaitu menggerakkan persendian seoptimal dan seluas mungkin sesuai kemampuan seseorang yang tidak menimbulkan rasa nyeri pada sendi yang digerakkan. Kesimpulannya yaitu tingkat ADL lansia sesudah dilakukan ROM menunjukkan sebagian besar mengalami kemandirian dan ada pengaruh terapi ROM terhadap pemenuhan ADL

Kata Kunci : *Lansia, ADL, Terapi ROM*

ABSTRACT

EFFECT OF THERAPY Range Of Motion (ROM) TOWARDS THE FULFILLMENT OF Activity Daily Living (ADL) IN ELDERLY NURSING HOME tresna Werdha HARGODADALI SURABAYA

By:

Robeth Ilman Gunawan 20111660064

ROM exercise is one alternative exercises that can be done by older people with limited mobility of the joint. ROM exercises can be done sitting and standing position and in the supine position in bed. Elderly who are less able to do physical exercise or sports for sick and weak, can perform simple movements that resemble gymnastics. The research objective was to determine the effect on the fulfillment ADL ROM therapy in elderly in Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya.

This study design using pre-experimental design, one group pre-test post-test design before being given treatment, variable observed / measured in advance (pre-test) after it's done ROM therapy treatment and measurement / observation Katz index (post test) ,

By using the Wilcoxon signed rank test test the significance of $p = 0.000$ so that $p < \alpha$, H_1 accepted, meaning no therapeutic effect on the fulfillment ROM ADL (bathing, dressing, toileting, moving, and eating) in the elderly in Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya. ROM therapy is very useful for the elderly who experience a decrease in ADL needs, including the benefits of moving the joints ROM optimally and wide as possible can afford someone who does not cause pain in the joints moved. The conclusion that the level of the elderly after done ROM ADL showed most experienced independence and no therapeutic effect on the fulfillment of ROM ADL

Keywords: *Elderly, ADL, Therapy ROM*

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Surat pernyataan Plagiat.....	iii
Lembar Persetujuan.....	iv
Lembar Pengesahan	v
Kata Pengantar	vi
Ucapan Terima Kasih.....	vii
Abstrak	ix
Daftar isi.....	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Singkatan.....	xvi
Daftar Pustaka	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Lansia.....	8
2.1.1 Definisi Lansia	8
2.1.2 Teori-Teori Penyebab Penuaan.....	8
2.1.3 Perubahan-Perubahan Pada Lansia	12
2.1.4 Pendekatan Perawatan Lansia.....	16
2.2 Konsep <i>Activity Daily Living</i> (ADL)	17
2.2.1 Pengertian ADL	17
2.2.2 Instrumen ADL.....	19
2.2.3 Macam-macam ADL.....	19
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi ADL.....	20
2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penurunan ADL.....	23
2.2.6 Penilaian ADL.....	24
2.3 Konsep <i>Range Of Motion</i> (ROM).....	26
2.3.1. Pengertian ROM	26
2.3.2 Tujuan ROM	27
2.3.3 Prinsip Dasar ROM.....	27
2.3.4 Jenis ROM.....	28
2.3.5 Indikasi dan Sasaran ROM	29
2.3.6 Kontra Indikasi pada Latihan ROM.....	31
2.3.7 Keterbatasan dalam Latihan ROM	31
2.3.8 Macam-macam Gerakan ROM.....	32
2.3.9 Gerakan ROM Berdasarkan Bagian Tubuh	33
2.4 Kerangka Konsep.....	37

2.5 Hipotesis	38
BAB 3 METODE PENELITIAN	39
3.1. Desain Penelitian	40
3.2. Kerangka Kerja	41
3.3. Populasi, Sampel, dan Sampling.....	41
3.3.1 Populasi.....	41
3.3.2 Sampel	41
3.3.3 Sampling	41
3.4 Variabel penelitian	42
3.4.1 Variabel Independent.....	42
3.4.2 Variabel Dependent	42
3.5 Definisi Operasional	42
3.6 Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	43
3.6.1 Instrumen Penelitian	43
3.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	43
3.6.3 Prosedur Pengumpulan Data.....	43
3.6.3 Cara Pengolahan dan Analisa Data.....	44
3.7 Etik Penelitian.....	45
3.7.1 <i>Informed Consent</i>	45
3.7.2 <i>Anonymity</i>	45
3.7.3 <i>Confidentially</i>	45
3.7.4 <i>Beneficence dan non-maleficence</i>	45
3.7.5 <i>Justice</i>	46
BAB 4 HASIL PENELITIAN	47
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
4.2 Karakteristik Responden	47
4.3 Data Khusus	48
4.3.1 Pemenuhan ADL sebelum dilakukan ROM pada lansia	48
4.3.2 Pemenuhan ADL sesudah dilakukan ROM pada lansia	48
4.3.3 Analisa ROM terhadap pemenuhan ADL	49
BAB 5 PEMBAHASAN	51
5.1 Tingkat Pemenuhan ADL pada Lansia Sebelum Diberikan Intervensi Terapi ROM	51
5.2 Tingkat Pemenuhan ADL pada Lansia Sesudah Diberikan Intervensi Terapi ROM	53
5.3 Pengaruh Terapi ROM Terhadap Pemenuhan Kebutuhan ADL Pada Lansia	56
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	58
6.1 Kesimpulan	58
6.2 Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1:	Pembacaan hasil penilaian ADL	25
Tabel 3.1:	Definisi operasional“Pengaruh terapi ROM terhadap pemenuhan ADL pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya”	42
Tabel 3.2:	Scoring pada <i>Indeks Katz ADL (Activity Daily Living)</i>	44
Tabel 4.1:	Karakteristik Responden berdasarkan pendidikan, umur, dan jenis kelamin di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya pada tanggal 7 sampai dengan 21 Januari 2016	47
Tabel 4.2:	Karakteristik Pemenuhan ADL sebelum dilakukan ROM pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya pada tanggal 7 sampai 21 Januari 2016	48
Tabel 4.3:	Karakteristik pemenuhan ADL sesudah dilakukan ROM pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya pada 7 sampai 21 Januari 2016	48
Tabel 4.4:	Analisis ROM terhadap Pemenuhan ADL pada Lansia di Panti Tresna Werdha Hargodedali Surabaya pada tanggal 7 sampai 21 Januari 2016	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Kerangka Konseptual	37
Gambar 3.1: Bagan Rancangan Penelitian	39
Gambar 3.2: Kerangka Kerja	40

LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Permohonan menjadi responden
- Lampiran 2 : Lembar Pernyataan menjadi Responden
- Lampiran 3 : SAK Terapi ROM
- Lampiran 4 : Observasi Penelitian
- Lampiran 5 : Data Demografi
- Lampiran 6 : Data Tabulasi
- Lampiran 7 : Lembar Pengolahan Data dan Interval Kelas
- Lampiran 8 : Dokumentasi
- Lampiran 9 : Surat Izin Penelitian dari Universitas Muhammadiyah Surabaya
- Lampiran 10 : Surat Izin Penelitian di Panti Werdha Hargodadali Surabaya
- Lampiran 11 : Data SPSS

DAFTAR SINGKATAN

AADLs	: <i>Advanced Activity Daily Living</i>
ADL	: <i>Activity Daily Living</i>
A-AROM	: <i>Active- Assistive ROM</i>
BADLs	: <i>Basic Activity Daily Living</i>
IADLs	: <i>Instrumental or Intermediate Activity Daily Living</i>
NGT	: <i>Naso Gastrointestinal Tube</i>
ROM	: <i>Range of Motion</i>
SAK	: Satuan Acara Kegiatan
WHO	: World Health Organization

DAFTAR PUSTAKA

- Biro Pusat Statistik 2008 (<https://www.google.co.id/search?hl=id&ie=ISO-8859-1&q=jumlah+lansia+di+indonesia+menurut+biro+pusat+statistik+2008>)
- Brunner dan Suddarth, (2008). *Keperawatan medikal-Bedah*. Jakarta:EGC.
- Depkes RI. 2006. Pedoman Pelatihan Kader Kelompok Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan. Jakarta :Direktorat Kesehatan Keluarga.
- Depkees RI., 1998, Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan, Dep.Kes RI, Jakarta.
- Friedman, Marilyn M. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga : Riset, Teori dan Praktek*. Jakarta : EGC
- Hardywinoto. (2007). *Panduan Gerontologi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum.
- Helmi ZN. 2012. *Buku Ajar Gangguan Muskulokeletal*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat, A. Aziz Alimul 2008. *Metode Penelitian Keperawatan dan Tehnik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A.Aziz Alimul. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Jakarta: Health Books.
- Johnson, Joyce Young, 2005, *Prosedur Perawatan di Rumah: Pedoman untuk Perawat*, Penerbit EGC, Jakarta
- Kozier, B., Erb, G. and Blais, K., 2004, *Fundamental of nursing, concepts, process and practice*, Addison Wesley Publishing, Company, Inc, California
- Kuspita 2014 *Kemandirian Pemenuhan Kebutuhanactivity Daily Living (ADL) Pada Penderita Stroke di Poli Syaraf Rumah Sakit Abdoer Rahem Situbondo* tgl 21 jan 16 from <http://repository.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php/PUB-KEP/article/viewFile/572/486>
- Martini F.H. 2004. The Digestive System. In *Fundamentals of Anatomy and Physiology*. 6th ed. San Fransisco: Pearson Education Inc. p. 890-900.

- Maryam, Siti. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta ; Salemba Medika.
- Murwani, A (2011). *Gerontik Konsep Dasar dan Asuhan Keperawatan Home Care dan Komunitas*.Fitramaya
- Murwani. 2011. *Konsep keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, 2005, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nugroho, H. W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Keperawan Ed. 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter PA, Perry AG. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. Vol. 2. Jakarta : EGC.
- Pujiono. 2009. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Posyandu Lansia Di Desa Jetis Kecamatan Karangrayung Kabupaten Grobogan*.
- Riasmini, N. *Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kemampuan Lansia dalam Melakukan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari di Kelurahan Palmeriam Kecamatan Matraman Jakarta Timur*. Tesis UI Jakarta. 2002
- Suratun, Heryati, Manurang, S., & Raenah, E. (2006). *Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. In Sarutan, Heryati, S. Manurung, & E. Raenah, *Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal*. Jakarta: EGC.