

ABSTRAK

Lilian Tysalica Putri NIM: E2013027 Program Studi DIV Fisioterapi	Dosen Pembimbing 1. Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or 2. Winarni, S.SiT, MPH
PENGARUH SENAM <i>TAI CHI</i> TERHADAP NYERI <i>OSTEOARTHRITIS KNEE</i> PADA LANSIA DI DESA PULOSARI KEBAKKRAMAT KARANGANYAR	
ABSTRAK	
<p>Pendahuluan: Lansia akan mengalami perkembangan dan penurunan fungsi. Penurunan pada lansia salah satunya adalah gangguan pada persendian, terutama pada sendi lutut. Hal tersebut dikarenakan para lansia akan menghadapi penurunan fisiologis tubuh sehingga akan timbul berbagai masalah seperti nyeri, Nyeri pada sendi lutut dapat dikurangi dengan berbagai cara salah satunya Senam Tai Chi.</p> <p>Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh senam <i>Tai Chi</i> terhadap nyeri <i>osteoarthritis knee</i> pada lansia di Desa Pulosari Kebakkramat Karanganyar.</p> <p>Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian <i>Quasy eksperimental</i> dengan <i>One Grup Pretest Posttest Design</i>. Pengambilan sampel dengan tehnik <i>Purposive Sampling</i> dengan jumlah sampel 33 orang. Penelitian ini dilakukan seminggu 3 kali selama 1 minggu dengan durasi 20 menit. Evaluasi yang digunakan untuk pengukuran nyeri dengan VAS.</p> <p>Hasil: Hasil uji <i>Wilcoxon</i> menunjukkan ada pengaruh Senam <i>Tai Chi</i> terhadap nyeri <i>Osteoarthritis knee</i> dengan nilai nyeri diam $p < 0,014 < 0,05$, nyeri tekan $p < 0,001 < 0,05$, dan nyeri gerak $p < 0,001 < 0,05$.</p> <p>Kesimpulan: Ada pengaruh Senam <i>Tai Chi</i> terhadap nyeri <i>osteoarthritis knee</i> pada lansia di Desa Pulosari Kebakkramat Karanganyar dan terjadi penurunan nyeri <i>osteoarthritis knee</i> pada lansia.</p>	
Kata Kunci: Lansia, <i>Osteoarthritis Knee</i> , Senam <i>Tai Chi</i>	