

**PENERAPAN SENAM LANSIA DALAM UPAYA
MENURUNKAN SKALA NYERI SENDI LUTUT PADA
LANSIA DI PUSKESMAS GEMOLONG**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Program
Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah
Surakarta**



MINDAR ENDANG WAHYUNI

202112063

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

2024

**PENERAPAN SENAM LANSIA DALAM UPAYA
MENURUNKAN SKALA NYERI SENDI LUTUT PADA
LANSIA DI PUSKESMAS GEMOLONG**

KARYA TULIS ILMIAH

**Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma**



MINDAR ENDANG WAHYUNI

202112063

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2024

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM LANSIA DALAM UPAYA MENURUNKAN NYERI SENDI LUTUT PADA LANSIA DI PUSKESMAS GEMOLONG

yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi DIII Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Karya Tulis ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya siap mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 23 Agustus 2024

Yang menyatakan



Mindar Endang Wahyuni

NIM 202112063

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mindar Endang Wahyuni
NIM : 202112063
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah
Judul : Penerapan Senam Lansia Dalam Upaya Penurunan Skala Nyeri Sendi Lutut Pada Lansia

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive-Royalty-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 23 Agustus 2024

Yang menyatakan



Mindar Endang Wahyuni

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Proposal/Laporan Tugas Akhir dengan Judul :

**PENERAPAN SENAM LANSIA DALAM UPAYA MENURUNKAN NYERI
SENDI LUTUT PADA LANSIA DI PUSKESMAS GEMOLONG**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian seminar Proposal KTI
Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juni 2024

Pembimbing



Anjar Nurrahmah, S.Kep. Ns., M.Kep

NIDN. 0602128201

Mengetahui

Program Studi Diploma III Keperawatan



Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep

NIDN. 0621018203

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

PENERAPAN SENAM LANSIA DALAM UPAYA MENURUNKAN NYERI SENDI LUTUT PADA LANSIA DI PUSKESMAS GEMOLONG

Dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 29 Juni 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juni 2024

Mengesahkan,

- Penguji I 1. Siti Fatmawati, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0603018201
- Penguji II 2. Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0621018203
- Penguji III 3. Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0602128201

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan


Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0621018203

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat nikmat dan hidayah-Nya, serta shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul **“PENERAPAN SENAM LANSIA DALAM UPAYA MENURUNKAN NYERI SENDI LUTUT PADA LANSIA DI PUSKESMAS GEMOLONG”**. Karya Tulis Ilmiah ini di susun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan, saran, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemudahan, serta kelancaran dan segala do'a, ikhtiar yang telah Engkau kabulkan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kustiyati, SST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kaprodi Diploma III Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan selaku dosen penguji II yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
5. Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

6. Siti Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji I yang telah bersedia memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam membimbing penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
7. Seluruh Dosen, Karyawan, dan Staf Prodi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas bimbingan dan bantuan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
8. Bapak Ngadiyo, Ibu Giyem, dan Kakakku Didik Setiyawan dan Adi Purwoko yang telah memberikan do'a, nasihat kasih sayang, cinta, semangat, dan motivasi moral maupun material, Ny. P dan Ny. S yang telah meluangkan waktu dan sudah bersedia menjadi responden dalam penerapan ini sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
9. Terima kasih untuk teman dekat saya yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah.
10. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri terimakasih sudah bertahan sejauh ini dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini, untuk itu penulis mengharapkan kritik serta saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamua'laikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Surakarta, 29 Juni 2024



Mindar Endang Wahyuni

202112063