

Lampiran 1
(Surat Perijinan Studi Pendahuluan)



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) 'AISYIYAH SURAKARTA'

Kampus I : Jl. Ki Hajar Dewantara 10 Ketingan, Jebres, Surakarta. 57126 Telp. (0271) 631141, 631143, Fax. (0271) 631142

Kampus II : Jl. Kapulogo No. 03 Griyan, Pajang, Laweyan, Surakarta. 57146 Telp/Fax. (0271) 711270

Ma'had : Purwonegaran RT. 05 RW. 06, Jl. Drengeles No. 4 Sriwedari, Laweyan, Surakarta. 57141 Telp./Fax. (0271) 721621

• Website : www.stikes-aisyiyah.ac.id

• email : info@stikes-aisyiyah.ac.id

Nomor : 3939/C.6-PN/MHN/2019 24 Rabiul Akhir 1440 H
Lampiran : - 02 Januari 2019 M
Hal : Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
Kepada : **Yth. Ketua Posyandu Lansia Idaman Pulosari**

di Tempat

Dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi mahasiswa STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA, maka dengan ini kami mohon ijin untuk dapat melaksanakan Penelitian di Posyandu Lansia Idaman Pulosari Jaten Karanganyar.


Adapun mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Dondon Muh Wido Saputro
NIM : E2015011
Program Studi : DIV Fisioterapi
Judul Skripsi : Pengaruh Senam Lansia terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Bawah pada Penderita Osteoarthritis Lutut di Posyandu Lansia Idaman Pulosari Jaten Karanganyar

Demikian permohonan ini kami sampaikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Atas Kerjasama dan perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Ketua


Riyani Wulandari, S.Kep.Ns, M.Kep.
NIK. 35.07.05



Lampiran 2 Surat
(Balasan Studi Pendahuluan)

**POSYANDU LANSIA “LESTARI IDAMAN”
Pulosari-Karangasem Sroyo Jaten Karanganyar**

Prihal : **Jawaban Ijin Penelitian**

Kepada : **Sdr. Dondon Muh Wido Saputro**

ditempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Menindaklanjuti surat Saudara prihal Permohonan Ijin Studi Pendahuluan maka dengan ini kami beritahukan bahwa kami memberikan ijin untuk melaksanakan Studi Pendahuluan di Posyandu Lansia Lestari Idaman Karangasem Sroyo Jaten Karanganyar .

Demikian surat ini kami buat sampaikan untuk menjadikan periksa dan maklum adanya. Atas perhatian dan jalinan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Ketua Posyandu Lansia



(.....ARWIN ARINDA-Q.....)

Lampiran 3
(Surat Perijinan Penelitian)



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) 'AISYIYAH SURAKARTA'

Kampus I : Jl. Ki Hajar Dewantara 10 Kentingan, Jebres, Surakarta. 57126 Telp. (0271) 631141, 631143, Fax. (0271) 631142

Kampus II : Jl. Kapulogo No. 03 Griyan, Pajang, Laweyan, Surakarta. 57146 Telp./Fax. (0271) 711270

Ma'had : Purwonegaran RT. 05 RW. 06, Jl. Drenges No. 4 Sriwedari, Laweyan, Surakarta. 57141 Telp./Fax. (0271) 721621

• Website : www.stikes-aisyiyah.ac.id

• email : info@stikes-aisyiyah.ac.id

Nomor : 3939/C.6-PN/MHN/2019 24 Rabiul Akhir 1440 H
Lampiran : - 02 Januari 2019 M
Hal : **Permohonan Ijin Penelitian**
Kepada : **Yth. Ketua Posyandu Lansia Idaman Pulosari**

di Tempat

Dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi mahasiswa STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA, maka dengan ini kami mohon ijin untuk dapat melaksanakan Penelitian di Posyandu Lansia Idaman Pulosari Jaten Karanganyar.


Adapun mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Dondon Muh Wido Saputro
NIM : E2015011
Program Studi : DIV Fisioterapi
Judul Skripsi : Pengaruh Senam Lansia terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Bawah pada Penderita Osteoarthritis Lutut di Posyandu Lansia Idaman Pulosari Jaten Karanganyar

Demikian permohonan ini kami sampaikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Atas Kerjasama dan perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Ketua


Riyani Wulandari, S.Kep.Ns, M.Kep.
NIK. 35.07.05



Lampiran 4
(Surat Balasan Perijinan Penelitian)

**POSYANDU LANSIA “LESTARI IDAMAN”
Pulosari-Karangasem Sroyo Jaten Karanganyar**

Prihal : **Jawaban Ijin Penelitian**

Kepada : **Sdr. Dondon Muh Wido Saputro**

ditempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Menindaklanjuti surat Saudara prihal Permohonan Ijin Penelitian pada tanggal 2 Januari 2019 maka dengan ini kami beritahukan bahwa kami memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian di Posyandu Lansia Lestari Idaman Karangasem Sroyo Jaten Karanganyar pada bulan januari 2019.

Demikian surat ini kami buat sampaikan untuk menjadikan periksa dan maklum adanya. Atas perhatian dan jalinan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Ketua Posyandu Lansia



(.....ARVIN ARINDA.....S.)

Lampiran 5
(Lembar Permohonan Menjadi Responden)

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Responden yang saya hormati,

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dondon Muhammad Wido Saputro

NIM :E2015011

Adalah mahasiswa Progam Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Senam Lansia Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Bawah pada Penderita *OSTEOARTHRITIS* Lutut di Posyandu Lansia Idaman Lestari Pulosari Jaten Karanganyar”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Senam Lansia terhadap peningkatan kekuatan otot tungkai bawah pada penderita *OSTEOARTHRITIS* lutut di Posyandu Lansia Idaman Lestari Pulosari Jaten Karanganyar.

Oleh karena itu, saya mohon kesediaannya untuk jadi responden serta bersedia melakukan Senam Lansia dan diberikan penanganan sesuai tujuan penelitian. Data pribadi dan hasil penelitian akan dijaga kerahasiiaanya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian

Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih

Surakarta,

Penulis

Lampiran 6
(Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Inforemed*)
***Consent*)**

PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN PENELITIAN

(INFORMED CONSENT)

Dengan mendatangi lembar ini, saya:

Nama :

Usia :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Dondon Muh. Wido Saputro yang berjudul “Pengaruh Senam Lansia Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Bawah pada Penderita *OSTEOARTHRITIS* Lutut di Posyandu Lansia Idaman Lestari Pulosari Jaten Karanganyar”.

Demikian surat pernyataan ketersediaan ini saya buat dengan penuh rasa kesadaran dan sukarela.

Surakarta,

()

Lampiran 7
(Lembar Permohonan Menjadi Asisten Penelitian)

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI ASISTEN PENELITIAN

Kepada :

Yth Bapak/Ibu/Saudara/i Calon Assisten Penelitian

Dengan Hormat,

Sebagai persyaratan skripsi mahasiswa program studi fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya akan melakukan penelitian tentang "Pengaruh Senam Lansia Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Atas pada Penderita *Osteoarthritis* Lutut di Posyandu Lansia Idaman Lestari Pulosari Jaten Karanganyar", untuk keperluan tersebut, saya mohon untuk kesediannya Bapak/Ibu/saudara untuk menjadi asisten penelitian dalam penelitian ini.

Demikian permohonan ini, atas bantuan dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Surakarta,

Peneliti

(Dondon Muh Wido Saputro)

Lampiran 8
(Lembar Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian)

PERMOHONAN MENJADI ASISTEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

NIM :

Alamat :

Adalah mahasiswa Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, yang bersedia menjadi asisten dalam penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Lansia Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai Bawah pada Penderita *OSTEOARTHRITIS* Lutut di Posyandu Lansia Idaman Lestari Pulosari Jaten Karanganyar”

Surakarta, Januari 2019

(.....)

Lampiran 9
(Lembar Kuisisioner Penyaring Responden)

LEMBAR KUESIONER

Pentunjuk Pengisian:

1. Isilah data pribadi dengan lengkap sesuai keadaan yang sebenarnya sebelum menjawab
2. Mohon membaca dengan cermat semua pertanyaan sebelum menjawab
3. Jawab semua pertanyaan
4. Lingkari pada jawaban yang anda rasakan saat in.

Identitas Responden:

Nama :

Usia :

Pertanyaan

No.	Pertanyaan	Sebelum		Sesudah	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Apakah anda mengalami sakit di bagian sendi lutut bawah?				
2	Apakah anda merasakan sakit pada sendi lutut bawah saat beristirahat, ditekan, dan bergerak?				
3	Apakah anda menggunakan alat bantu jalan?				
4	Apakah anda mengalami gangguan penglihatan dan pendengaran?				
5	Apakah anda mempunyai gangguan neurologis seperti stroke dan parkinson?				

Lampiran 10
(Lembar Pemeriksaan Fisioterapi)

LEMBAR PEMERIKSAAN FISIOTERAPI

No	PEMERIKSAAN FISIOTERAPI	PRE	POST
1	TEKANAN DARAH		
2	Pemeriksaan Kekuatan Otot Fleksor Menggunakan MMT		
3	Pemeriksaan Kekuatan Otot Ekstensor Menggunakan MMT		

Lampiran 11
(Lembar Observasi Kekuatan Otot)

Kekuatan Otot Fleksor

Nama	Kekuatan Otot Pre	Kekuatan Otot Post
sri	4	5
siti	3	4
karto	4	4
endang	4	5
isti	4	4
sumarti	3	4
sumiati	4	5
sukinah	4	5
wati	4	5
amin	4	5
aminah	4	5
sukinah	4	5
wahyu	3	4
yati	4	5
gianti	3	4
harjo	4	5
sari	4	5
watik	4	5
nyoman	4	5
nur	3	4

- 0 : Tidak ada kontraksi
- 1 : Ada kontraksi otot namun tidak terjadi gerakan.
- 2 : Mampu bergerak namun belum bisa melawan gravitasi.
- 3 : Mampu bergerak penuh melawan gravitasi tetapi belum bisa melawan tahanan.
- 4 : Dapat bergerak penuh melawan gravitasi dan dapat melawan tahanan sub maksimal (tahanan moderat).
- 5 : Dapat penuh melawan gravitasi dan mampu melawan tahanan maksimal.

Kekuatan Otot Ekstensor

Nama	Kekuatan Otot Pre	Kekuatan Otot Post
sri	4	5
siti	3	4
karto	4	4
endang	4	5
isti	4	4
sumarti	4	5
sumiati	4	5
sukinah	4	4
wati	4	5
amin	4	5
aminah	4	5
sukinah	4	5
wahyu	4	5
yati	4	5
gianti	3	4
harjo	4	5
sari	4	5
watik	4	5
nyoman	4	5
nur	4	4

- 0 : Tidak ada kontraksi
- 1 : Ada kontraksi otot namun tidak terjadi gerakan.
- 2 : Mampu bergerak namun belum bisa melawan gravitasi.
- 3 : Mampu bergerak penuh melawan gravitasi tetapi belum bisa melawan tahanan.
- 4 : Dapat bergerak penuh melawan gravitasi dan dapat melawan tahanan sub maksimal (tahanan moderat).
- 5 : Dapat penuh melawan gravitasi dan mampu melawan tahanan maksimal.

Lampiran 12
(Lembar Absensi Asisten Penelitian)

Lampiran 13
(Lembar Absensi Responden)

Lampiran 14
(Data Penelitian)

Data Penelitian

No	Nama	Umur	Otot Fleksor		Oto Ekstensor	
			Pre	Post	Pre	Post
1	sri	70	4	5	4	5
2	siti	67	3	4	3	4
3	karto	69	4	4	4	4
4	endang	65	4	5	4	5
5	is	63	4	4	4	4
6	aumarti	60	3	4	4	5
7	sumiati	68	4	5	4	5
8	sukinah	70	4	5	4	4
9	wati	62	4	5	4	5
10	amin	63	4	5	4	5
11	aminah	70	4	5	4	5
12	sukinah	68	4	5	4	5
13	wahyu	65	3	4	4	5
14	yati	66	4	5	4	5
15	gianti	62	3	4	3	4
16	harjo	70	4	5	4	5
17	sari	61	4	5	4	5
18	watik	63	4	5	4	5
19	nyoman	65	4	5	4	5
20	nur	62	3	4	4	4

Lampiran 15
(Hasil Analisis Data)

Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Umur

Statistics

usia

N	Valid	20
	Missing	0
Std. Deviation		3.364
Variance		11.313
Range		10
Minimum		60
Maximum		70

usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60	1	5.0	5.0	5.0
	61	1	5.0	5.0	10.0
	62	3	15.0	15.0	25.0
	63	3	15.0	15.0	40.0
	65	3	15.0	15.0	55.0
	66	1	5.0	5.0	60.0
	67	1	5.0	5.0	65.0
	68	2	10.0	10.0	75.0
	69	1	5.0	5.0	80.0
	70	4	20.0	20.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Perbandingan Kekuatan Otot Fleksor Subjek Sebelum Pemberian Senam Lansia

Statistics

pre_otot_fleksor_knee

N	Valid	20
	Missing	0
Std. Deviation		.444
Variance		.197
Range		1
Minimum		3
Maximum		4

pre_otot_fleksor_knee

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sedang	5	25.0	25.0	25.0
	baik	15	75.0	75.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Perbandingan Kekuatan Otot Fleksor Subjek Sesudah Pemberian Senam Lansia

Statistics

pre_otot_fleksor_knee

N	Valid	20
	Missing	0
Std. Deviation		.444
Variance		.197
Range		1
Minimum		3
Maximum		4

pre_otot_fleksor_knee

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sedang	5	25.0	25.0	25.0
	baik	15	75.0	75.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Perbandingan Kekuatan Otot Ekstensor Subjek Sebelum Pemberian Senam Lansia

Statistics

pre_otot_ekstensor_knee

N	Valid	20
	Missing	0
Std. Deviation		.308
Variance		.095
Range		1
Minimum		3
Maximum		4

pre_otot_ekstensor_knee

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sedang	2	10.0	10.0	10.0
	baik	18	90.0	90.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Perbandingan Kekuatan Otot Ekstensor Subjek Sesudah Pemberian Senam Lansia

Statistics

post_otot_ekstensor_knee

N	Valid	20
	Missing	0
Std. Deviation		.470
Variance		.221
Range		1
Minimum		4
Maximum		5

post_otot_ekstensor_knee

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	6	30.0	30.0	30.0
	normal	14	70.0	70.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Hasil Uji Statistik *Wilcoxon* Otot Fleksor

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post_otot_fleksor_knee -	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
pre_otot_fleksor_knee	Positive Ranks	18 ^b	9.50	171.00
	Ties	2 ^c		
	Total	20		

a. post_otot_fleksor_knee < pre_otot_fleksor_knee

b. post_otot_fleksor_knee > pre_otot_fleksor_knee

c. post_otot_fleksor_knee = pre_otot_fleksor_knee

Test Statistics^b

	post_otot_fleksor _knee - pre_otot_fleksor _knee
Z	-4.243 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Hasil Uji Statistik *Wilcoxon* Otot Ekstensor

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
post_otot_ekstensor_knee - Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
pre_otot_ekstensor_knee Positive Ranks	16 ^b	8.50	136.00
Ties	4 ^c		
Total	20		

a. post_otot_ekstensor_knee < pre_otot_ekstensor_knee

b. post_otot_ekstensor_knee > pre_otot_ekstensor_knee

c. post_otot_ekstensor_knee = pre_otot_ekstensor_knee

Test Statistics^b

	post_otot_eksten sor_knee - pre_otot_eksten sor_knee
Z	-4.000 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Lampiran 16
(Dokumentasi)

DOKUMENTASI







Lampiran 17
(Jadwal Penelitian)

Lampiran 18
(Lembar Konsultasi Skripsi)

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI
PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI
STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA

Nama : Dondon Muh Wido Saputro

NIM : E2015011

Pembimbing I : Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes












No.	Tanggal	BAB	Uraian	Tanda Tangan
1		Judul	ACC	
2		Jurnal	H C	f
3		BAB I	revisi	f
4		BAB I BAB II	revisi	f
5		BAB I BAB II-III	revisi	f
6		BAB I I-III	revisi	f
7		BAB I-III	revisi	f
8		BAB I-III BAB IV	revisi	f
9		BAB IV	revisi	f
10		BAB IV V	revisi	f
11		BAB IV V	revisi	f
12		BAB IV BAB V Lamp. I	ACC	f

**LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI
PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI
STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA**

Nama : Dondon Muh Wido Saputro

NIM : E2015011

Pembimbing II : Danang Tunjung Laksono, M,Pd

No.	Tanggal	BAB	Uraian	Tanda Tangan
1		Judul	ACC	
2		Jurnal	ACC	
3		BAB I	revisi	
4		BAB I-II	revisi	
5		BAB I-III	revisi	
6		BAB I-IV	revisi	
7		BAB I-V	revisi	
8		BAB I-VI	revisi	
9		BAB I-VII	revisi	
10		BAB I-VIII	revisi	
11		BAB I-IX	revisi	
12		BAB I-X lampiran	ACC	