

**UPAYA MENJAGA KESEHATAN SENDI LUTUT PADA  
LANSIA DENGAN AKTIVITAS FISIK (*STRETCHING*)**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



**Oleh**

**MUHAMMAD BAYU AJI P**

**C2015063**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

**2020**

**UPAYA MENJAGA KESEHATAN SENDI LUTUT PADA  
LANSIA DENGAN AKTIVITAS FISIK (*STRETCHING*)**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

**Oleh**

**MUHAMMAD BAYU AJI P**

**C2015063**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

**2020**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Tugas Akhir dengan judul

**UPAYA MENJAGA KESEHATAN SENDI LUTUT PADA  
LANSIA DENGAN AKTIVITAS FISIK (*STRETCHING*)**

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiah Surakarta.

Surakarta, Agustus 2020

Pembimbing I

Pembimbing II

Dewi Kartika Sari, S.Kep.Ns, M.Kep.

Siti Fatmawati, S.Kep.Ns, M.Kep.

NIDN. 062505650

NIDN. 06063018201

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns. M.Kep.

NIDN. 0602128201

**PENGESAHAN PENGUJI**

Tugas Akhir dengan judul

# **UPAYA MENJAGA KESEHATAN SENDI LUTUT PADA LANSIA DENGAN AKTIVITAS FISIK (*STRETCHING*)**

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Tugas Akhir ini telah diujikan pada ujian skripsi pada tanggal Agustus 2020 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai tugas akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Agustus 2020

Mengesahkan

Penguji

1. Wahyu Purwaningsih, S.Kep.Ns, M.Sc. ( ..... )  
NIDN. 0605117803
2. Dewi Kartika Sari, S.Kep.Ns, M.Kep. ( ..... )  
NIDN. 062505650
3. Siti Fatmawati, S.Kep.Ns, M.Kep. ( ..... )  
NIDN. 06063018201

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns. M.Kep.

NIDN. 0932128201

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga

dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir. Tugas akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ,Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan tugas akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan tugas akhir ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Anjar Nurrohmah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Dewi Kartika Sari, S.Kep.Ns, M.Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing, meluangkan serta memberikan pengarahan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
4. Siti Fatmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing, meluangkan serta memberikan pengarahan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
5. Wahyu Purwaningsih, S.Kep., Ns., M.Sc selaku Dosen Penguji yang telah membimbing, meluangkan serta memberikan pengarahan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
6. Dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Teman-teman seperjuangan, mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2015 ang selalu memberikan motivasi, masukan dan semangatnya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan itu hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju sempurnaannya tugas akhir ini senantiasa penulis harapkan. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca umumnya.

Surakarta, Agustus 2020

Penulis

Muhammad Bayu A. P  
C2015063