LAPORAN PENELITIAN DOSEN PEMULA

(INTERNAL)

JUDUL PENELITIAN:

PENGARUH LATIHAN *RANGE OF MOTION (ROM)* AKTIF TERHADAP KEAKTIFAN FISIK LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL LANJUT USIA (LKS-LU) PANGESTI LAWANG TAHUN 2022

TIM PENGUSUL:

Monika Luhung, S. Kep., Ns., M. Kes.	**NIDN: 0715116501**
Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep.	**NIDN: 0714018604**
Eli Lea Widhia Purwandhani, SST	**NIP. 08/A/AKP**

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG

JL. YULIUS USMAN NO. 62 MALANG

2022

LAPORAN PENELITIAN DOSEN PEMULA
(INTERNAL)

JUDUL PENELITIAN:

PENGARUH LATIHAN *RANGE OF MOTION (ROM)* AKTIF TERHADAP KEAKTIFAN FISIK LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL LANJUT USIA (LKS-LU) PANGESTI LAWANG TAHUN 2022

TIM PENGUSUL:

Monika Luhung, S. Kep., Ns., M. Kes.	**NIDN: 0715116501**
Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep.	**NIDN: 0714018604**
Eli Lea Widhia Purwandhani, SST	**NIP. 08/A/AKP**

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG

JL. YULIUS USMAN NO. 62 MALANG

2022

LAPORAN PENELITIAN DOSEN PEMULA
(INTERNAL)

JUDUL PENELITIAN:

PENGARUH LATIHAN *RANGE OF MOTION (ROM)* AKTIF TERHADAP KEAKTIFAN FISIK LANSIA DI LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL LANJUT USIA (LKS-LU) PANGESTI LAWANG TAHUN 2022

TIM PENGUSUL:

Monika Luhung, S. Kep., Ns., M. Kes.	**NIDN: 0715116501**
Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep.	**NIDN: 0714018604**
Eli Lea Widhia Purwandhani, SST	**NIP. 08/A/AKP**

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI WALUYA MALANG

JL. YULIUS USMAN NO. 62 MALANG

2022

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian	:	Pengaruh Latihan *Range Of Motion (ROM)* Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang Tahun 2022.
Kode/Nama Rumpun Ilmu	:	371/Ilmu Keperawatan
Ketua Peneliti		
a. Nama Lengkap	:	Ns. Monika Luhung, S. Kep., M. Kes
b. NIDN	:	0715116501
c. Jabatan/Golongan	:	Tenaga Pengajar/---
d. Program Studi/PT	:	DIII Keperawatan/STIKes Panti Waluya Malang
e. Nomor HP	:	+62 812-4292-3005
f. Bidang Keahlian	:	Keperawatan
g. Email	:	luhungmonika@gmail.com
Anggota Peneliti 1		
a. Nama Lengkap	:	Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep
b. NIDN/Jabatan Fungsional	:	0714018604/Tenaga Pengajar
c. Program Studi/PT	:	Sarjana Keperawatan & Profesi Ners/STIKes Panti Waluya Malang
d. Nomor HP/Alamat email	:	+62856-3577-434/lizavinsur.LV@gmail.com
Anggota Peneliti 2		
a. Nama Lengkap	:	Eli Lea Widhia Purwandhani, SST
b. NIP/Jabatan Fungsional	:	08/A/AKP/--
c. Program Studi/PT	:	STIKes Panti Waluya Malang
d. Nomor HP/Alamat email	:	+62 822-2186-9984/elyleaa@gmail.com
Nama Lengkap/NIM	:	Rizza Elfana/11200005
Program Studi/PT	:	DIII Keperawatan/STIKes Panti Waluya Malang
Nama Lengkap/NIM	:	Monica Emi Puji Yemima Ladi Zai/11200007
Program Studi/PT	:	DIII Keperawatan/STIKes Panti Waluya Malang
Lama Penelitian Keseluruhan	:	1 tahun
Penelitian Tahun ke-	:	1 (satu)
Biaya Penelitian	:	-Diusulkan ke DIKTI Rp. 0,- -Dana Internal PT Rp. 4.000.000,- -Inkind sebutkan Rp. 0,-

Mengetahui,
Kaprodi

Emy Sutiyarsih, S. Kep., Ns., M. Kes
NIDN:0723106702

Malang, 10 Agustus 2022
Ketua Tim Penelitian

Ns. Monika Luhung, S. Kep., M. Kes
NIDN:0715116501

Menyetujui,
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Ns. Berliany Venny Sipollo, S. Kep., MNS
NIDN: 0703089003

RINGKASAN

Lansia merupakan kelompok rentan terhadap gangguan kesehatan akibat penurunansistem tubuh seperti kemampuan ketrampilan motorik, berkurangnya kekuatan, kelenturan, dan hambatan dalam keaktifan fisik sehari-hari. Keaktifan fisik dapat dilakukan dengan latihan *Range of Motion*. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh latihan *Range of Motion* (ROM) aktif terhadap keaktifan fisik lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan korelasi. Populasi penelitian yaitu semua lansia yang tinggal di LKS-LU Pangesti Lawang berjumlah 44 orang dan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* didapatkan jumlah responden 14 orang. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Physical Activity Score for Elderly* (PASE) termodifikasi. Analisis data diolah menggunakan uji *Wilcoxon.* Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai yang cukup signifikan antara sebelum (282.21) dan sesudah (392.36) diberikan latihan ROM. Hasil uji *bivariate* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.0001 ($p<0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan *ROM* terhadap aktifitas fisik lansia. Nilai *correlation coeficient* sebesar 0,982 yang menunjukkan bahwa arah hubungan positif dengan kategori sangat kuat. Artinya, semakin sering melakukan latihan *ROM*, maka durasi kemampuan keaftifan fisik lansia akan mengalami peningkatan, dan begitu pula sebaliknya. Dalam pemberian asuhan keperawatan latihan ROM untuk memelihara keaktifan fisik bagi lansia selama tinggal di LKS-LU Pangesti Lawang sangat direkomendasikan.

Kata kunci: ROM aktif, PASE, keaktifan fisik, lansia

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Penelitian Dosen Pemula (PDP) dengan judul: Pengaruh Latihan *Range Of Motion (ROM)* Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang Tahun 2022.

Penyelesaian laporan Penelitian Dosen Pemula (PDP) ini, peneliti telah mendapatkan arahan dan bimbingan serta motivasi dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Wibowo, S. Kep., Ns., M. Biomed selaku Ketua STIKes Panti Waluya Malang yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk melakukan penelitian.
2. Pimpinan Lembaga Kesejahteraan Sosial-Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang yang telah memberikan ijin melakukan penelitian.
3. Ketua LPPM STIKes Panti Waluya Malang yang memfasilitas dan menugaskan peneliti dalam melakukan penelitian
4. Seluruh pihak yang telah terlibat dalam pelaksanaan kegiatan penelitian ini baik secara langsung dan tidak langsung.

Peneliti menyadari bahwa laporan ini masih terdapat kekurangan, oleh karenanya peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun demi perbaikan laporan ini maupun dalam kegiatan penelitian selanjutnya.

Malang, 10 Agustus 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN…….. iii

RINGKASAN……... iv

KATA PENGANTAR…… v

DAFTAR ISI…… vi

DAFTAR TABEL…… vii

DAFTAR GAMBAR…… viii

DAFTAR LAMPIRAN…… ix

BAB 1 PENDAHULUAN…… 1

1.1 Latar Belakang…… 1

1.2 Rumusan Masalah…….. 2

1.3 Luara Hasil Penelitian…….. 2

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA……..... 3

2.1 Kaji Pustaka……. 3

2.2 Penelitian Terdahulu……..... 12

2.3 Kerangka Konsep……. 13

BAB 3 TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN……..... 14

3.1 Tujuan Penelitian……..... 14

3.2 Manfaat Penelitian……..…. 14

BAB 4 METODE PENELITIAN…… 15

4.1 Desain Penelitian……. 15

4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian……..…. 15

4.3 Kerangka Kerja…… 15

4.4 Identifikasi Variabel Penelitian…… 16

4.5 Rancang Bangun……...……...…. 16

4.6 Pengumpulan dan Analisa Data……..……...…… 17

BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN……..…… 20

5.1 Hasil Penelitian……...……. 20

5.2 Pembahasan…….. 22

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN……..…… 24

6.1 Kesimpulan……...…….... 24

6.2 Saran……..……...……. 24

DAFTAR PUSTAKA……..…….. 25

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Formulir Penilaian *PASE*……. 7

Tabel 2.2 Konversi Waktu Aktifitas ke Jam per Hari…… 8

Tabel 2.3 Penelitian Terdahulu……... 12

Tabel 4.4 Definisi Operasional Variabel..……. 16

Tabel 4.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi……... 17

Tabel 4.6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.……. 18

Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden…… 21

Tabel 5.8 Pengaruh Latihan *ROM* Aktif Terhadap Aktifitas Fisik……... 22

DAFTAR GAMBAR

Tabel 2.1 Gerakan *Range Of Motion (ROM)*…….. 4
Tabel 2.2 Kerangka Konsep Penelitian…….. 13
Tabel 2.3 Kerangka Kerja.…… 15

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Tugas Peneliti…….	28
Lampiran 2.	Surat Tugas Mahasiswa……...	29
Lampiran 3.	Surat Ijin Penelitian…….	30
Lampiran 4.	Surat Jawaban Penelitian……	31
Lampiran 5.	Biodata Ketua……..	32
Lampiran 6.	Biodata Anggota 1……...	36
Lampiran 7.	Biodata Anggota 2……...	40
Lampiran 8.	Lembar Informasi……	44
Lampiran 9.	Persetujuan menjadi Responden……..	45
Lampiran 10.	Lembar Kuiesioner……..	46
Lampiran 11.	Tabulasi Data…….……..	50
Lampiran 12.	Hasil Analisa Statistik…….	53
Lampiran 13.	Bukti Submit Artikel……...	56
Lampiran 14.	Laporan Keuangan……...	57
Lampiran 15.	Laporan Bukti Keuangan…….	58

BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Badan Kesehatan Dunia (2022) memperkirananp diantara tahun 2015-2050 persentase populasi usia di atas 60 tahun akan hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Pada tahun 2050, 80% orang tua akan tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Laju penuaan populasi jauh lebih cepat daripada di masa lalu. Semua negara menghadapi tantangan besar untuk memastikan bahwa sistem kesehatan dan sosial mereka siap untuk mengelola perubahan demografis ini dengan sebaik-baiknya. (https://pusdatin.kemkes.go.id, 2022).

Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI, 2021 menyebutkan jumlah orang lanjut usia (Lansia) di Indonesia saat ini sekitar 27,1 juta orang atau hampir 10% dari total penduduk. Pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah Lansia meningkat menjadi 33,7 juta jiwa (11,8%). Peningkatan jumlah Lansia dengan berbagai masalah kesehatannya menjadi tantangan bagi kita untuk mempersiapkan Lansia yang sehat dan mandiri, agar meminimalisir beban bagi masyarakat dan negara. Populasi lansia yang meningkat tanpa diikuti dengan kualitas hidup dari lansia yang maksimal akan berdampak kurang baik bagi pembangunan negara. Beberapa tolok ukur dalam kualitas hidup lansia adalah kesejahteraan secara fisik, psikologis, hubungan sosial, & lingkungan.

Penelitian menunjukkan kualitas hidup lebih baik dimiliki oleh lansia yang mampu beraktifitas fisik atau mobilitas sebagai langkah untuk memperlambat degenerasi fisik dan memperbaiki kondisi organik pada lansia (Siqueira, et al., 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Freitas, et al. (2007) menunjukkan ada pengaruh yang positif dari gaya hidup aktif. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Figuiera et al. (2008) dan Fraga et al. (2011), dimana hasil penelitian keduanya mendapati kemandirian baik secara fisik maupun fungsional, pada lansia yang mengalami proses penuaan, dapat dipertahankan.

Proses fisiologis dari penuaan ditandai dengan penurunan ketrampilan motorik, berkurangnya kekuatan, kelenturan, hambatan aktifitas sehari-hari dan pemeliharaan gaya hidup yang sehat. Penelitian yang dilakukan Watsford, et al. (2007) didapatkan adanya penurunan kemampuan dari sistem pernafasan dengan penuaan yang mana hal ini menunjukkan adanya pengaruh dari kebiasaan aktifitas fisik terhadap penurunan tersebut.

Kesulitan dalam beraktifitas seiring dengan bertambahnya usia telah dilaporkan pada populasi lansia karena perubahan struktur dan fungsi berbagai organ tubuh (Thigpen, et al., 2000). Sejumlah besar aktivitas kehidupan sehari-hari melibatkan perpindahan dari satu titik ke titik lain untuk berinteraksi dengan lingkungan. Dimana keaktifan dalam bergerak sangat penting untuk mobilitas fungsional dalam aktivitas kehidupan sehari-hari. Hal ini menuntut keseimbangan dinamis individu

ke tingkat fungsional tertinggi untuk mencegah jatuh dan konsekuensinya (Glaister et al., 2007). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Vale et al. (2009) dan Tainaka et al. (2009) menunjukkan adanya peningkatan rentang gerak, kekuatan otot, dan tingkat otonomi fungsional karena aktifitas fisik. Penelitian yang dilakukan Indrayana dan Wahyudin (2020) juga menyebutkan bahwa rata-rata fleksibilitas sendi lutut lansia dapat meningkat dengan latihan *ROM* aktif.

Range of Motion (ROM) diartikan sebagai kemampuan maksimal seseorang dalam melakukan pergerakan. Latihan *ROM* aktif merupakan latihan rentang gerak yang melatih pergerakan sendi agar dapat bergerak semaksimal dan seluas mungkin menyesuaikan dengan kemampuan rentang gerak sendi (lansia) sampai dimana tidak terjadi nyeri. Latihan gerak pada sendi akan meningkatkan aliran darah ke dalam capsula sendi dan terjadi gesekan pada permukaan kartilago antar tulang. Kartilago mengandung air 70-75% karena kaya proteoglikans yang menempel pada asam hialuronat (sifatnya hidrophilik). Gesekan pada kartilago saat latihan ROM akan mendorong air keluar dari kartilago ke sinovial. Ketika gesekan terhenti, air yang keluar tersebut akan kembali masuk dengan membawa nutrisi dari cairan sinovial. Hal ini menjadikan latihan ROM dapat mendorong aktifitas sehari-hari lebih mandiri (Loeser, 2009 dan Jenkins, 2005).

Data yang didapatkan berdasarkan *survey* awal, terdapat 44 lansia yang tinggal di LKS-LU Pangesti Lawang, dengan rincian 21 orang (47,7 %) dapat melakukan aktifitas fisik, sedangkan 23 orang (52,3%) tidak dapat melakukan aktifitas fisik dan membutuhkan bantuan orang lain dan *caregiver* lansia. Oleh karenanya partisipasi lansia dalam latihan *ROM* aktif diharapkan dapat membantu mengoptimalkan keaktifan fisik selama tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang.

1.2 Rumusan Masalah

Rumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Apakah ada pengaruh latihan *Range of Motion (ROM)* aktif terhadap keaktifan fisik pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang?

1.3 Luaran Hasil Penelitian

Luaran hasil penelitian ini terdiri dari luaran wajib dan tambahan sebagai berikut:

Luaran wajib: publikasi artikel dalam Jurnal Nasional Terakreditasi SINTA 4: di Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan (JIKK)

Luaran tambahan: Modul ber-ISBN.

BAB 2
TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kaji Pustaka

2.1.1 Latihan *Range* of *Motion (ROM)* Aktif

1. Pengertian

Range of Motion (ROM) adalah latihan menggerakkan bagian tubuh untuk memelihara fleksibilitas dan kemampuan gerak sendi yang dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kemampuan menggerakan persendian secara normal dan lengkap untuk meningkatkan massa dan tonus otot (Potter & Perry, 2005). *Range of Motion* diartikan juga sebagai gerakan dalam keadaan normal dapat dilakukan oleh sendi yang bersangkutan (Suratun, dkk, 2008).

Latihan *Range of Motion (ROM)* adalah latihan pergerakan rentang semua sendi dalam rentang normalnya yang perlu dilakukan secara intensif untuk mempertahankan tonus dan fungsi otot, mencegah disabilitas sendi dan membantu perbaikan fungsi motorik (Hickey, 2003: Astrid et al, 2011).

Latihan *ROM* aktif menggambarkan latihan yang dilakukan sendiri oleh pasien dengan tujuan menambah atau mempertahankan gerak sendi dan memperkuat otot (Kneale, J. & Davis 2011). Latihan *ROM* aktif pada lansia adalah membimbing lansia dalam melaksanakan pergerakan secara mandiri sesuai dengan rentang gerak sendi normal, dimana lansia dilatih dalam mengembalikan fungsi geraknya secara normal (Hartinah et al,2019)

2. Tujuan *ROM* Aktif

ROM aktif dilakukan dengan tujuan tertentu. Tujuan dilakukan pada lansia adalah sebagai berikut:

1) Memelihara fleksibilitas dan kemampuan gerak sendi.
2) Mengurangi rasa nyeri pada klien.
3) Mengembalikan kemampuan dalam menggerakkan otot.
4) Melancarkan peredaran darah.

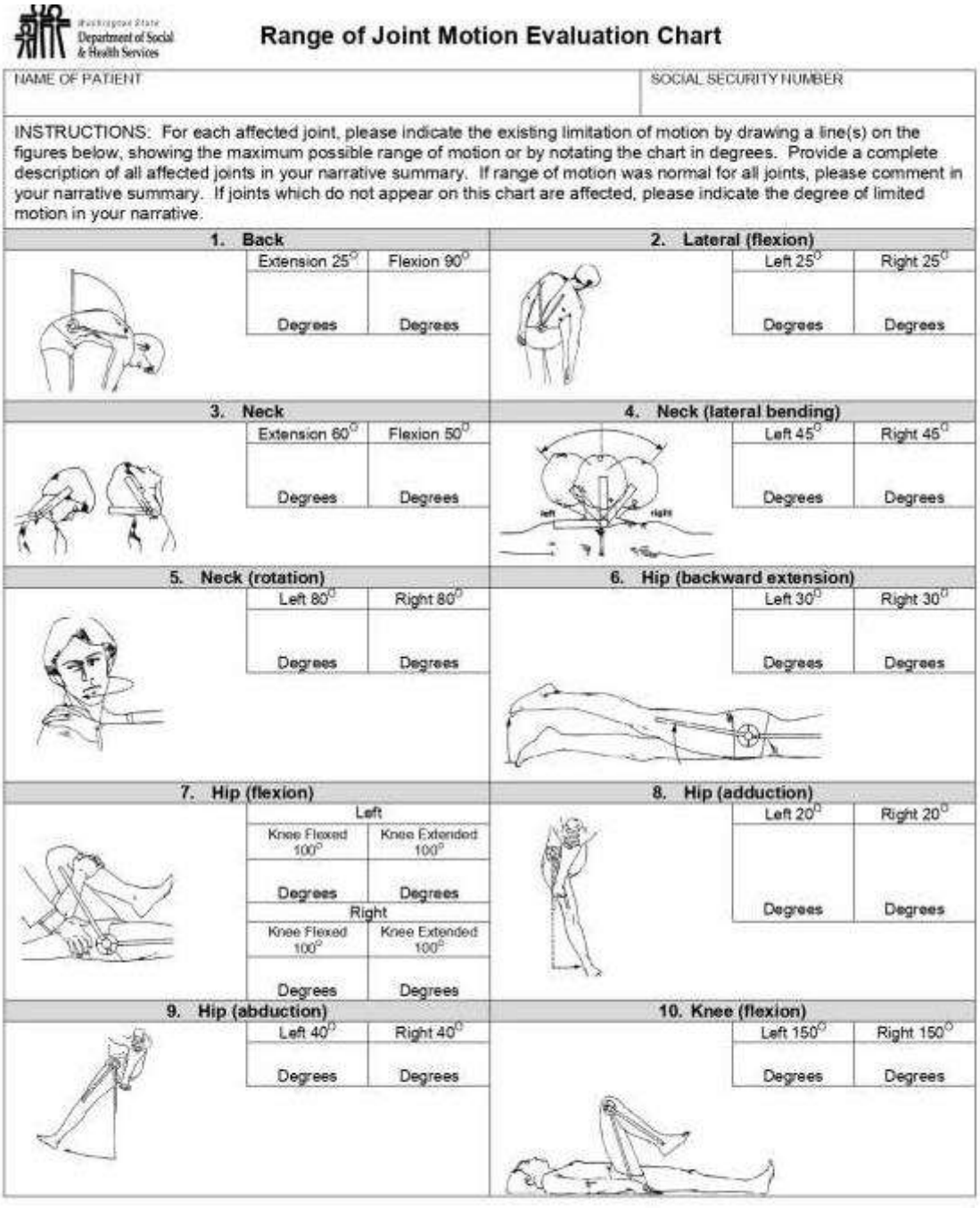
3. Manfaat *Range* of *Motion* (ROM) Aktif

Manfaat dilakukannya ROM yaitu untuk mempertahankan mobilitas sendi dan jaringan lunak guna mengurangi hilangnya fleksibilitas jaringan dan pembentukan kontraktur (Kisner & Allen, 2017).

4. Cara Gerakan Latihan *ROM* Aktif

1) Latihan ROM aktif yang dapat dilakukan klien adalah dengan mengikuti cara gerakan seperti ditunjukkan dalam penjelasan dan gambar 2.1 di bawah ini:

Gambar 2.1 Gerakan *Range Of Motion (ROM)*



Department of Social & Health Services

Range of Joint Motion Evaluation Chart

NAME OF PATIENT	SOCIAL SECURITY NUMBER

INSTRUCTIONS: For each affected joint, please indicate the existing limitation of motion by drawing a line(s) on the figures below, showing the maximum possible range of motion or by notating the chart in degrees. Provide a complete description of all affected joints in your narrative summary. If range of motion was normal for all joints, please comment in your narrative summary. If joints which do not appear on this chart are affected, please indicate the degree of limited motion in your narrative.

1. Back

Extension 25°	Flexion 90°
Degrees	Degrees

2. Lateral (flexion)

Left 25°	Right 25°
Degrees	Degrees

3. Neck

Extension 60°	Flexion 50°
Degrees	Degrees

4. Neck (lateral bending)

Left 45°	Right 45°
Degrees	Degrees

5. Neck (rotation)

Left 80°	Right 80°
Degrees	Degrees

6. Hip (backward extension)

Left 30°	Right 30°
Degrees	Degrees

7. Hip (flexion)

Left	
Knee Flexed 100°	Knee Extended 100°
Degrees	Degrees
Right	
Knee Flexed 100°	Knee Extended 100°
Degrees	Degrees

8. Hip (adduction)

Left 20°	Right 20°
Degrees	Degrees

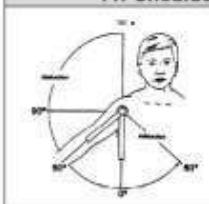
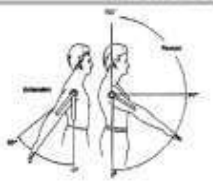
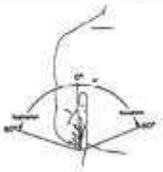
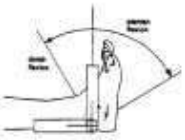
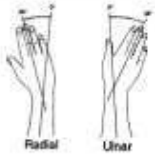
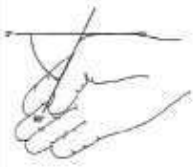
9. Hip (abduction)

Left 40°	Right 40°
Degrees	Degrees

10. Knee (flexion)

Left 150°	Right 150°
Degrees	Degrees

DSHS 13-585A (REV. 08/2002) (AC 01/2003)

11. Shoulder (Abduction – Adduction)			12. Shoulder (Flexion – Extension)		
	Left			Left	
	Abduction 150°	Adduction 30°		Extension 50°	Flexion 150°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Abduction 150°	Adduction 30°		Extension 50°	Flexion 150°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
13. Elbow			**14. Forearm (Pronation – Supination)**		
	Left			Left	
	Extension 0°	Flexion 150°		Pronation 80°	Supination 80°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Extension 0°	Flexion 150°		Pronation 80°	Supination 80°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
15. Ankle			**16. Ankle (Flexion – Extension)**		
	Left			Left	
	Inversion 30°	Eversion 20°		Plantar 40°	Dorsal 20°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Inversion 30°	Eversion 20°		Plantar 40°	Dorsal 20°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
17. Wrist (radial, ulnar)			**18. Wrist**		
	Left			Left	
	Radial 20°	Ulnar 30°		Extension 60°	Flexion 60°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Radial 20°	Ulnar 30°		Extension 60°	Flexion 60°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
19. Thumb (MP Joint)			**20. Thumb (IP Joint)**		
	Left	Right		Left	Right
	Flexion 60°	Flexion 60°		Flexion 80°	Flexion 80°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
DATE OF EXAMINATION	EXAMINING PHYSICIAN'S SIGNATURE			DATE OF REPORT	

Latihan ROM Aktif dilakukan lansia untuk mengembalikan fungsi geraknya secara normal, yaitu menggerakkan bagian bahu, siku, lengan bawah, telapak tangan, jari tangan, lutut, pergelangan kaki dan kaki seperti yang dapat dilihat pada gambar di atas. Pemberian latihan *ROM* aktif dilakukan selama satu minggu dua kali dengan durasi 30 menit dan frekuensi maksimal tiga kali pengulangan gerak, tujuannya yaitu untuk meningkatkan tingkat kemandirian lansia dan kekuatan ototnya (Kisner, C. & Colby 2016).

5. Klien yang diperbolehkan mengikuti Latihan *ROM* Aktif

Latihan *ROM* dapat dilakukan pada klien berikut ini:

1) Klien yang dapat melakukan kontraksi otot secara aktif dan menggerakkan ruas sendinya baik dengan bantuan atau tidak.
2) Klien yang memiliki kelemahan otot dan tidak dapat menggerakkan persendian sepenuhnya.
3) *ROM* Aktif dapat digunakan klien untuk program latihan aerobik.
4) *ROM* Aktif digunakan untuk memelihara mobilisasi ruas diatas dan dibawah daerah yang tidak dapat bergerak (Arif F, 2015)

6. Klien yang tidak diperbolehkan mengikuti Latihan *ROM* Aktif

Adapun klien yang tidak diperkenankan mengikuti Latihan ROM yaitu:

1) Latihan *ROM* tidak boleh diberikan apabila gerakan dapat mengganggu proses penyembuhan cedera, terdapatnya tanda-tanda terlalu banyak atau terdapat gerakan yang salah, termasuk meningkatnya rasa nyeri dan peradangan.
2) *ROM* tidak dilakukan bila respon pasien atau kondisi membahayakan (*life threatening*): seperti penyakit kardiovaskuler baik keadaan setelah infark miokard, operasi arteri koronaria ataupun hipertensi.
3) *Range of Motion (ROM)* tidak dilakukan pada klien yang diketahui mengalami dislokasi sendi, fraktur yang tidak sembuh, pasca tindakan bedah jika gerakan diketahui akan mengganggu penyembuhan, dan osteoporosis berat dimana gerakan dapat menyebabkan cedera.

2.1.2 Skala Aktifitas Fisik untuk Lansia

1. Pengertian

Physical Activities Scala *for the Elderly* (*PASE*) atau Skala Aktifitas Fisik untuk Lansia *(PASE)* adalah instrumen yang mudah diberikan dan dinilai yang mengukur tingkat aktifitas fisik pada individu berusia 65 tahun ke atas. Instrumen ini terdiri dari item aktifitas pekerjaan, rumah tangga, dan rekreasi yang dilaporkan sendiri selama periode satu minggu dan dapat dikelola melalui telepon, surat, atau tatap muka.

Algoritme penilaian *PASE* diturunkan dari aktifitas fisik yang diukur dengan jumlah gerakan dari monitor aktifitas fisik elektronik, buku harian aktifitas, dan tingkat aktifitas yang dinilai sendiri dalam populasi umum orang lanjut usia yang tidak dilembagakan. *PASE* dapat digunakan untuk mengukur tingkat aktifitas fisik dalam survei epidemiologi orang tua serta untuk menilai efektifitas intervensi olahraga.

2. Petunjuk teknis sebelum penggunaan

PASE dapat diberikan melalui wawancara atau diisi oleh lansia sebagai responden. Instrumen dicetak dalam jenis huruf besar untuk memudahkan orang tua untuk membaca. Versi instrumen yang dikelola sendiri atau yang dikelola oleh pewawancara dapat diselesaikan dalam 5 hingga 15 menit. Halaman pertama kuesioner memberikan instruksi umum dan menunjukkan contoh item yang sudah selesai. Responden harus didorong untuk menjawab setiap item dengan melingkari jawaban yang benar. Semua item mengacu pada aktifitas yang dilakukan dalam tujuh hari sebelumnya. Jawaban "Tidak pernah" dan "Tidak" harus selalu ditandai untuk menunjukkan aktivitas apa pun yang tidak dilakukan responden selama periode tersebut. Item aktifitas rekreasi mengharuskan responden untuk terlebih dahulu melaporkan jumlah hari per minggu aktivitas dilakukan dan kemudian jumlah jam per hari. Ruang juga disediakan bagi responden untuk mencatat jenis kegiatan yang mereka lakukan. Laporan-laporan ini harus ditinjau sebelum menghitung skor *PASE* untuk memastikan bahwa olahraga tertentu dan kegiatan rekreasi telah dicatat dalam kategori yang sesuai.

3. Petunjuk Penilaian

Skor PASE dihitung dari bobot dan nilai frekuensi untuk masing-masing dari 12 jenis aktivitas. Tanggapan atas pertanyaan pertama tentang aktivitas duduk tidak dinilai. Bentuk penilaian PASE ditunjukkan pada Tabel di bawah ini:

Tabel 2.1 Formulir Penilaian *PASE*

No butir	**Tipe aktifitas**	**Bobot aktifitas**	**Frekuensi aktifitas**	**Frekuensi bobot waktu**
2	Berjalan di luar rumah	20	a	
3	Olahraga ringan/kegiatan rekreasi	21	a	
4	Olahraga/rekreasi sedang	23	a	
5	Olahraga berat/kegiatan rekreasi	23	a	
6		30	a	
7	Latihan kekuatan/daya tahan otot	25	b	
8	Pekerjaan rumah ringan	25	b	

No butir	Tipe aktifitas	Bobot aktifitas	Frekuensi aktifitas	Frekuensi bobot waktu
9a	Pekerjaan rumah atau pekerjaan rumah yang berat	30	b	
9b	Pekerjaan perawatan rumput atau halaman	36	b	
9c	Berkebun di luar ruangan	20	b	
9d	Merawat orang lain	35	b	
10	Bekerja untuk dibayar atau sebagai sukarelawan	21	c	
		Skor PASE		

Nilai Frekuensi Aktifitas:

a. Gunakan tabel konversi jam per hari di bawah ini
b. 1=aktifitas dilaporkan dalam seminggu terakhir, 0=aktifitas tidak dilaporkan
c. Bagi jam kerja yang dilaporkan dalam Butir 10.1 dengan tujuh; jika tidak ada jam kerja atau jika pekerjaan sebagian besar melibatkan duduk engan sedikit gerakan lengan (item 10.2=1), maka frekuensi aktifitas = 0

Tabel 2.2 Konversi Waktu Aktifitas ke Jam per Hari

Hari beraktifitas	Jam beraktifitas dalam sehari	Jam per Hari
0. Tidak pernah		0
1. Jarang	1. Kurang dari 1 jam 2. 1-2 jam 3. 2-4 jam 4. Lebih dari 4 jam	.11 .32 .64 .1.07
2. Kadang-kadang	1. Kurang dari 1 jam 2. 1-2 jam 3. 2-4 jam 4. Lebih dari 4 jam	.25 .75 1.50 2.50
3. Seringkali	1. Kurang dari 1 jam 2. 1-2 jam 3. 2-4 jam 4. Lebih dari 4 jam	.43 1.29 2.57 4.29

Untuk Menghitung Skor PASE:

1. Tinjau kembali aktivitas waktu senggang yang direkam oleh responden atau pewawancara untuk memastikan bahwa olahraga dan aktivitas rekreasi diklasifikasikan dengan benar sebagai aktivitas ringan, sedang, atau berat. Lampiran A menunjukkan kegiatan yang sesuai untuk masing-masing kategori ini; deskripsi rinci tentang situasi

pengkodean yang lebih kompleks dapat ditemukan di Lampiran B. Kegiatan rumah tangga tidak boleh dicatat sebagai olahraga atau rekreasi.

2. Tentukan nilai frekuensi (jam per hari dalam periode pelaporan satu minggu) untuk setiap kegiatan. Untuk item berjalan, olahraga, dan olahraga/rekreasi, nilai frekuensi diperoleh dari jumlah hari dan jam per hari aktivitas, seperti yang ditunjukkan pada tabel konversi di bagian bawah formulir penilaian. Nilai aktivitas rumah tangga adalah "1" jika aktivitas dilaporkan dalam tujuh hari terakhir dan "0" jika tidak dilaporkan. Nilai frekuensi untuk pekerjaan sukarela yang dibayar adalah jumlah jam kerja dalam seminggu terakhir dibagi tujuh. Frekuensi aktivitas adalah nol untuk pekerjaan yang sebagian besar melibatkan duduk dengan sedikit gerakan lengan.
3. Kalikan bobot aktivitas dengan frekuensi aktivitas untuk setiap item.
4. Jumlahkan bobot aktivitas dengan produk frekuensi aktivitas untuk semua 12 item. Skor total dapat dibulatkan ke bilangan bulat terdekat. Skor PASE dapat berkisar dari nol hingga 400 atau lebih.

2.1.3 Keaktifan Fisik

1. Pengertian

Keaktifan adalah suatu kesibukan yang dilakukan oleh seseorang untuk memperoleh sesuatu. (Notoadmodjo, 2007).

Aktifitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi (WHO, 2020)

2. Faktor yang mempengaruhi

1. Pengetahuan lansia.
2. Dukungan Keluarga
3. Motivasi Lansia
4. Kondisi Fisik lansia

2.1.4 Lansia

1. Pengertian

Proses menua atau *aging process* adalah proses alamiah yang terjadi pada manusia. Caselli dan Lopez, 1996 menyatakan bahwa menjadi tua (*aging*) adalah proses perubahan biologis secara terus-menerus yang dialami manusia pada semua tingkatan umur dan waktu, sedangkan usia lanjut (*old age*) adalah tahap akhir dari proses penuaan (Suardiman, 2011).

Hurlock, 1980 menyatakan manusia dikatakan lansia ketika berumur 60 tahun ke atas. Pendapat Hurlock didukung Santrock, 2002 bahwa manusia dikatakan memasuki periode lansia saat mencapai umur 60 tahun. Lanjut usia dalam Undang-undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia pasal 1 ayat 2, juga disebutkan bahwa yang dimaksud dengan lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas (Suardiman, 2011).

2. Klasifikasi Lansia

Burnside dalam Nugroho (2012) menjelaskan bahwa lansia terdiri dari beberapa klisifikasi sebagai berikut:

1) *Young old* (usia 60-69 tahun)
2) *Middle age old* (usia 70-79 tahun)
3) *Old-old* (usia 80-89 tahun)
4) *Very old-old* (usia 90 tahun ke atas)

3. Perubahan Lansia

Lansia akan mengalami berbagai perubahan baik biologis, psikologis dan sosial dan membutuhan perhatian berbagai pihak agar dapat hidup secara produktif sesuai dengan kemampuannya sehingga dapat berperan aktif dalam pembangunan (UU Kesehatan No. 23 tahun 1992 pasal 19 ayat 1 dalam Fatimah, 2010). Perubahan yang terjadi pada lansia dijelaskan pula menurut Pramukti (2012) bahwa lansia mengalami perubahan sebagai berikut:

1) Biologis

   Perubahan sel dan sistem tubuh lansia mencakup sistem persarafan, pendengaran, penglihatan, kardiovaskuler, pengaturan suhu, respirasi, gastrointestinal, genitourinaria, kulit, dan muskuloskletal.

2) Psikologis

   Masa ini lansia menjadi egosentris, mudah curiga, bertambah pelit atau tamak akan sesuatu, yang dipengaruhi oleh perubahan fisik, kesehatan umum, tingkat pendidikan, keturunan, dan lingkungan.

3) Sosial

   Masa pensiun dimana produktivitas dan identitas lansia dikaitkan dengan peranan dalam pekerjaan, sadar akan kematian, perubahan dalam cara hidup dan ekonomi akibat pemberhentian dari jabatan, serta penyakit kronis.

Potter & Perry (2009) menguraikan proses menua mengakibatkan perubahan pada lansia sebagai berikut:

1) Perubahan Fisiologis

   Perubahan ini berupa kulit kering, penipisan rambut, penurunan pendengaran, penurunan refleks batuk, pengeluaran lendir, penurunan curah jantung sehingga dapat menyebabkan lansia rentan terhadap beberapa penyakit.

2) Perubahan Fungsional

   Fungsi pada lansia terdiri dari fungsi fisik, psikososial, kognitif, dan sosial. Penurunan fungsi akan memengaruhi kemampuan fungsional dan kesejahteraan seorang lansia. Status fungsional lansia merujuk pada kemampuan dan perilaku aman dalam aktivitas harian (*Activity Daily Life*) disingkat ADL, sangat penting untuk menentukan kemandirian lansia.

3) Perubahan Kognitif

   Perubahan struktur dan fisiologis otak yang dihubungkan dengan gangguan kognitif (penurunan jumlah sel dan perubahan kadar neurotransmiter) terjadi pada lansia yang mengalami gangguan kognitif maupun tidak mengalami gangguan kognitif. Gejala gangguan kognitif seperti disorientasi, kehilangan keterampilan berbahasa dan berhitung, serta penilaian yang buruk bukan merupakan proses penuaan yang normal.

4) Perubahan Psikososial

Proses penuaan akan melibatkan proses transisi kehidupan dan kehilangan. Panjang usia seseorang, maka akan semakin banyak pula transisi dan kehilangan yang harus dihadapi. Transisi hidup, yang mayoritas disusun oleh pengalaman kehilangan, meliputi masa pensiun dan perubahan keadaan finansial, perubahan peran dan hubungan, perubahan kesehatan, kemampuan fungsional dan perubahan jaringan sosial. Ratnawati (2017) perubahan psikososial erat kaitannya dengan keterbatasan produktivitas kerjanya, ketika lansia memasuki masa pensiun akan mengalami kehilangan finansial (pendapatan berkurang), kehilangan status (jabatan/posisi, fasilitas), kehilangan teman/kenalan atau relasi. kehilangan pekerjaan/kegiatan.

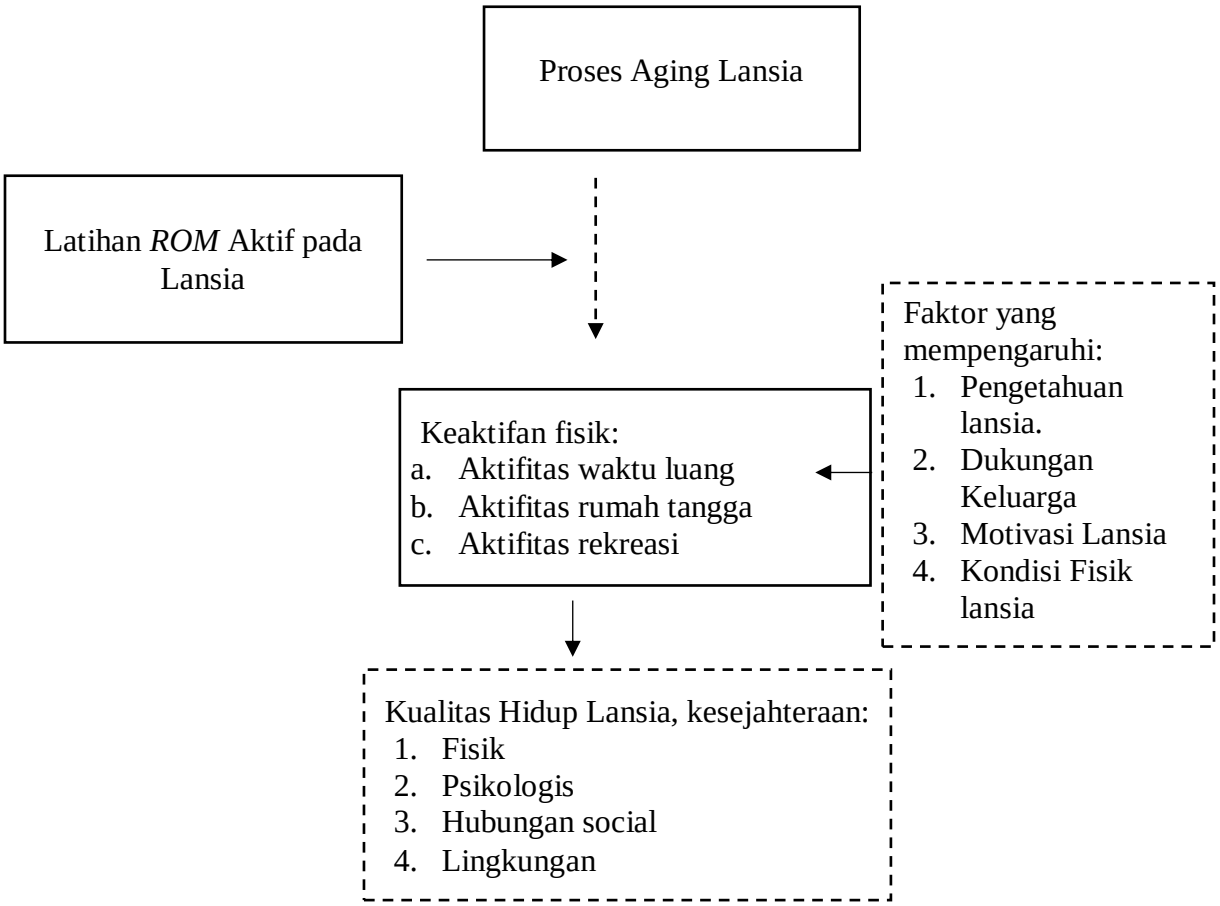
2.2 Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian terdahulu terkait Latihan *Range of Motion (ROM)* Aktif lansia dapat dilihat pada tabel 2.3 berikut:

Tabel 2.3. Penelitian terdahulu

No	Autor	Judul	Hasil
1	J. Pratiwi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia	*Literature Review*: Pengaruh Terapi *Range of Motion (ROM)* terhadap Kemandirian Lansia dalam Melakukan ADL di Panti Werdha	Borneo Student Research eISSN: 2721-5725, Vol 2, No 1, 2020 Hasil dari analisis literature review membuktikan adanya pengaruh latihan ROM terhadap kemandirian lansia dalam melakukan ADL. Dan beberapa rekomendasi latihan untuk meningkatkan kemandirian antara lain latihan kekuatan, latihan aerobik, latihan ROM, dan latihan keseimbangan. https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1425
2	N Nindawi Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura	Efektifitas Latihan *Range Of Motion (ROM)* Aktif terhadap Tonus Otot Ekstrimitas bawah dan Rentang Gerak Sendi pada Lansia	Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan Vol.11 No1. Tahun 2021 halaman 1-9 Hasil penelitian didapatkan peningkatan rentang gerak sendi kaki pada Lansia yaitu lutut *fleksi-ekstensi* rata-rata meningkat $4,57^0$ *p value* 0,000, *ankle plantar fleksi* rata- rata meningkat 4.53^0 *p value* 0,000, *ankle dorsal fleksi* rata-rata meningkat 2.27^0 *p value* 0,000, dan rata-rata meningkat 0,76 untuk kekuatan otot tungkai *p value* 0,000 (<0,05), artinya terdapat pengauh Latihan ROM aktif terhadap rentang gerak sendi kaki dan kekuatan otot pada Lansia. https://ejournalwiraraja.com/index.php/FIK/article/view/1246

2.3 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

Tidak diteliti

Diteliti

BAB 3
TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

3.1 Tujuan Penelitian

3.1.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *Range of Motion (ROM)* aktif terhadap keaktifan fisik pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang.

3.1.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah: Menganalisis pengaruh latihan *Range of Motion (ROM)* aktif terhadap keaktifan fisik pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang

3.2 Manfaat Penelitian

3.2.1 Manfaat Keilmuan

Data hasil Penelitian ini akan memberikan gambaran tentang pengaruh latihan *Range of Motion* (ROM) aktif terhadap keaktifan fisik sehingga dapat memberi kontribusi dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait dengan latihan ROM aktif maupun keaktifan fisik pada lnsia.

3.2.2 Manfaat Terapan

Hasil Penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan rekomendasi asuhan keperawatan dalam memelihara kemampuan fisik lansia selama tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang.

BAB 4
METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan korelasi yaitu memberika latihan *Range Of Motion* aktif dan mengukur keaktifan fisik lansia.

4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

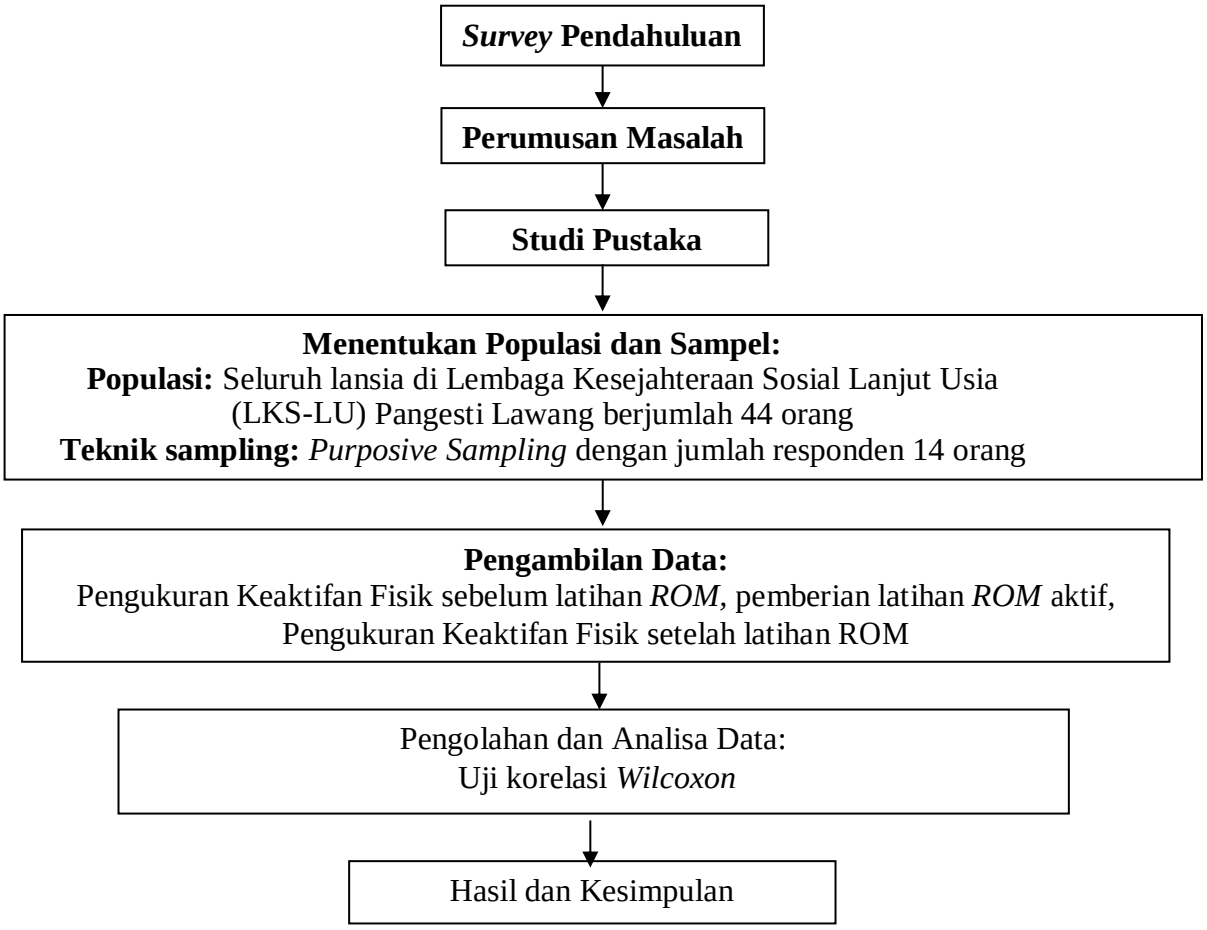
4.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang.

4.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama 4 minggu pada bulan Juni 2022.

4.3 Kerangka Kerja



Gambar 4.3 Kerangka Kerja

4.4 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel dependen dan satu variabel independen sebagai berikut:

4.4.1 **Variabel Dependen:** Keaktifan fisik lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang tahun 2022.

4.4.2 **Variabel Independen:** Variabel Independen dalam penelitian ini adalah: latihan *Range Of Motion (ROM)* aktif.

4.4.1 Definisi Operasional

Tabel 4.4 Definisi Operasional variabel

No	Variabel	Definisi Operasional	Instrumen	Kategori	Skala
1.	**Dependen:** Keaktifan fisik lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang.	Keaktifan lansia sehari-hari yang dilakukan secara fisik terdiri dari 11 item.	*Physical Activity Score for Elderly* yang termodifikasi	Menit	Rasio
2	**Independen:** Latihan *Range Of Motion (ROM)* aktif.	Latihan rentang gerak sendi sampai batas maksimal yang dilakukan lansia secara mandiri.	*Range of Joint Motion Evaluation Chart*	Lembar *checklist* pelaksanaan	Ordinal

4.5 Rancang Bangun

4.5.1 Populasi dan Sampel

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) PANGESTI Lawang yang berjumlah 44. Sampel dari penelitian ini menggunakan *purposive sampling* adalah Lansia yang dapat melakukan mobililsasi berjumlah 14 orang.

4.5.2 Besar Sampel

Sampel dalam penelitian ini didapatkan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang dapat mewakili dari populasi yang sesuai dengan tujuan dalam penelitian. Subjek dipilih sesuai kriteria inklusi dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

No	Kriteria	Uraian Kriteria
1.	Inklusi	Lansia di LKS LU Pangesti Lawang, dan sudah mendapatkan rekomendasi petugas kesehatan untuk melakukan latihan ROM aktif yaitu:
		1) Lansia dengan kondisi hemodinamik stabil: Kesadaran penuh, akral hangat, RR 18-24 x/mnt, Tekanan darah sistolik 110-130 mmHg, nadi 60-100 x/mnt.
		2) Lansia yang dapat melakukan gerakan otot secara aktif dan menggerakkan ruas sendi dengan bantuan atau mandiri.
		3) Lansia yang memiliki kelemahan otot dan tidak dapat menggerakkan persendian sepenuhnya
		4) Lansia bersedia dan menyanggupi Latihan ROM aktif
2.	Eksklusi	Lansia di LKS LU Pangesti Lawang, dan tidak mendapatkan rekomendasi petugas kesehatan untuk melakukan latihan ROM aktif yaitu:
		1) Lansia yang tidak dapat berkomunikasi dengan baik
		2) Lansia yang mengalami demensia dan/atau gangguan mental
		3) Lansia yang mengalami keluhan yang berisiko bagi kesehatannya selama proses penelitian berlangsung seperti penyakit kardiovaskuler (infark miokard, arteri koronaria, hipertensi)
		4) Lansia yang memiliki cedera dan gerakan latihan ROM dapat mengganggu proses penyembuhan cedera, terdapat tanda-tanda terlalu banyak atau terdapat gerakan yang salah, termasuk meningkatnya rasa nyeri dan peradangan

4.6 Pengumpulan dan Analisa Data

4.6.1 Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini adalah angket kuesioner *Modified Physical Activities Scale for Elderly (PASE).*

4.6.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang hendak diukur. Untuk mengetahui apakah kuesioner yang telah disusun tersebut mampu mengukur apa yang hendak diukur, maka dilakukan uji validitas pada tiap-tiap item pertanyaan. Uji validitas pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Product Moment*. Selain uji validitas, suatu kuesioner juga perlu dilakukan uji reliabilitas untuk menunjukkan

sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan. Uji reliabilitas pada penelitian menggunan metode Cronbach's Alpha. Kuesioner dikatakan reliabel, jika nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60. Adapaun hasil uji validitas dan reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 4.6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Item Pertanyaan	r_{hitung}	r_{tabel}	Validitas	Cronbach α	Reliabilitas
			$r_{hitung} > r_{tabel}$		Cronbach α > r_{tabel}
1	0,923	0,532	Valid	**0,763**	**Reliabel**
2	0,688	0,532	Valid		
3	0,863	0,532	Valid		
4	0,856	0,532	Valid		
5	0,681	0,532	Valid		
6	0,853	0,532	Valid		
7	0,688	0,532	Valid		
8	0,863	0,532	Valid		
9	0,853	0,532	Valid		
10	0,688	0,532	Valid		
11	0,853	0,532	Valid		

Berdasarkan Tabel 4.3 diatas, diketahui bahwa dari 11 item pertanyaan tersebut, seluruh pertanyaan dinyatakan valid karena nilai R_{hitung} (*Corrected Item-Total Correlation*) < R_{tabel} sebesar 0,532. Setelah dilakukan uji validitas, selanjutnya peneliti melakukan uji reliabilitas. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai *alpha cronbach* sebesar 0,763 > 0,60, sehingga 11 pertanyaan pada *Modified Physical Activities Scale for Elderly (PASE)* dinyatakan reliabel dan layak untuk digunakan.

4.6.3 Teknik Pengumpulan Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder dan data primer. Sekunder yaitu data rekam medik lansia yang diperoleh dari *caregiver* periode Maret – Juli 2022. Data primer diperoleh langsung dengan cara peneliti mengisi Kuesioner *PASE* (*Physical Activities Scale for Elderly*) termodifikasi sesuai data hasil wawancara terhadap lansia sebelum dilakukan *ROM* dan setelah *ROM*.

4.6.4 Prosedur Penelitian

Peneliti memberikan *informed consent* kepada calon responden dan setelah itu meminta responden mengisi lembar *informed consent*. Calon responden yang bersedia diminta untuk mengisi lembar kuisioner. Setiap responden yang bersedia terlibat dalam penelitian mendapatkan ucapan terimakasih dari peneliti.

4.6.5 Pengolahan dan Analisa Data

pengambilan data dilakukan dengan melakukan pengisian kuisioner PASE terdiri dari tiga macam aktivitas, yaitu *leisure time activity* (aktivitas waktu luang) yang terdiri dari 6 pertanyaan, *house hold activity* (aktivitas rumah tangga) yang terdiri dari 3 pertanyaan dan *work related activity* (aktivitas relawan) yang terdiri dari 1 pertanyaan. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*.

BAB 5
HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

Pada bab ini akan disajikan hasil penelitian yang meliputi gambaran umum tempat penelitian, dan hasil analisis data yang meliputi analisis univariabel yang memberikan gambaran tentang karakteristik dari masing-masing variabel, analisis bivariabel untuk melihat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dan penjabaran pembahasan hasil penelitian.

5.1.1. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang Kabupaten Malang Indonesia atau lebih dikenal dengan LKS-LU Pangesti Lawang berada di bawah pengelolaan Yayasan Sosial Misericordia yang dikelola secara profesional. Iuran ditetapkan bertingkat, tergantung kelas kamar. Hawanya sejuk, dihiasi dengan taman-taman yang terawat, sehingga terasa seperti berada di villa. LKS-LU Pangesti Lawang diperuntukkan baik lansia pria maupun wanita, dengan tetap tidak mencampurkan mereka dalam kamar yang sama. Setiap kamar, apapun kelasnya dilengkapi dengan CCTV, sehingga setiap lansia dapat terpantau dengan baik. LKS-LU Pangesti Lawang selain memberikan layanan medis, juga memberikan layanan gizi, ambulan, dan fisioterapi.

Berdasarkan jenis kelamin jumlah lansia yang menghuni LKS-LU Pangesti Lawang total sebanyak 44 orang, yang terdiri dari 19 pria dan 25 wanita. Berdasarkan tingkat ketergantungan jumlah lansia yang mandiri sebanyak 13 orang, ketergantungan sebagian 23 orang, dan yang ketergantungan total 3 orang. Tenaga yang dimiliki LKS-LU Pangesti Lawang untuk merawat terdiri dari 1 orang perawat dengan 13 orang caregiver. Kegiatan harian para lansia adalah berjalan-jalan di sekitar taman LKS-LU Pangesti Lawang, terkadang mewarna dan senam.

5.1.2. Gambaran Umum Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 14 responden yang dianalisis. Data responden dianalisis secara statistik dengan analisis univariabel untuk menjelaskan distribusi frekuensi pada masing-masing variabel. Apapun karakteristik responden dalam penelitian dapat dilihat pada tabel 5.1 berikut ini:

Tabel 5.7. Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		Jumlah	
Usia	61 tahun	1	7,1
	62 tahun	2	14,3
	66 tahun	1	7,1
	67 tahun	1	7,1
	70 tahun	1	7,1
	73 tahun	1	7,1
	74 tahun	2	14,3
	75 tahun	1	7,1
	78 tahun	1	7,1
	79 tahun	1	7,1
	80 tahun	1	7,1
	84 tahun	1	7,1
Jenis Kelamin	Perempuan	7	50,0
	Laki-Laki	7	50,0
Pendidikan	SMP	7	50,0
	SMA	7	50,0
Pekerjaan	Tidak Bekerja	1	7,1
	Ibu Rumah Tangga	5	35,1
	Wiraswasta	1	7,1
	Karyawan Swasta	7	50,0
Status Perkawinan	Belum Menikah	5	35,7
	Cerai	4	28,6
	Menikah	5	35,7
Riwayat Penyakit Penyerta	Ada Riwayat	12	85,7
	Tidak Ada Riwayat	2	14,3

Berdasarkan tabel 5.1. dapat diketahui bahwa berdasarkan usia, lansia paling muda berusia 60 tahun dan paling tua berusia 84 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, antara laki-laki dan perempuan memiliki proporsi yang sama yaitu sebesar 50,0%. Berdasarkan tingkat pendidikan, antara SMP dan SMA juga memiliki proporsi yang sama yaitu sebesar 50%, Berdasarkan status pekerjaan, setengah dari seluruh responden bekerja sebagai karyawan swasta yaitu sebesar 50,0%, diikuti dengan Ibu Rumah Tangga sebesar 35,1%, dan sisanya adalah wiraswasta dan tidak bekerja. Berdasarkan status

pernikahan, responden yang belum menikah dan sudah menikah memiliki proporsi yang sama yaitu sebesar 35,7%, dan sisanya memiliki status cerai baik itu cerai mati atau cerai hidup yaitu sebesar 28,6%. Berdasarkan Riwayat penyakit penyerta, mayoritas lansia memiliki riwayat penyakit penyerta (hipertensi, diabetes mellitus, anemia, stroke, bronkitis, haemoroid, pos operasi Cholelithiasis, dan waham) yaitu sebesar 85,7%.

5.1.3 Pengaruh Latihan ROM Aktif Terhadap Aktifitas Fisik

Pengaruh latihan *ROM* Aktif terhadap keaktifan fisik lansia dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5.8. Pengaruh Latihan *ROM* Aktif Terhadap Aktifitas Fisik

Variabel		n	Correlation Coef.	P-Value
Keaktifan Fisik lansia	Sebelum	14	0,982	0,0001
	Sesudah	14		

Berdasarkan tabel 5.2 hasil analisis bivariabel menggunakan uji *wilcoxon* diketahui bahwa nilai *Pvalue* (0,0001) < 0,05 yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan ROM terhadap aktifitas fisik lansia. Selain itu, nilai *correlation coeficient* sebesar 0,982 yang menunjukkan bahwa arah hubungan positif dengan kategori sangat kuat. Artinya, semakin sering melakukan latihan ROM, maka durasi kemampuan beraktifitas fisik lansia akanmengalami peningkatan, dan begitu pula sebaliknya.

5.2 Pembahasan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *Range of Motion (ROM)* aktif terhadap keaktifan fisik pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) PANGESTI Lawang. Berdasarkan data hasil penelitian, terdapat pengaruh latihan *ROM* yang dilakukan pada 14 lansia yang menjadi partisipan dalam penelitian ini. Kuisioner yang digunakan dalam menilai perubahan aktifitas fisik pada lansia yang terlibat dalam penelitian ini menggunakan kuisioner *PASE* yang dimodifikasi.

Skala *PASE* adalah survei singkat dan mudah dinilai yang dirancang khusus untuk menilai aktivitas fisik dalam studi epidemiologi yang melibatkan lansia. *PASE* mengevaluasi aktivitas fisik yang dilakukan selama jangka waktu 1 minggu. Partisipasi dalam kegiatan rekreasi, termasuk berjalan di luar rumah, olahraga dan rekreasi ringan, sedang, dan berat, dan penguatan otot dicatat sebagai tidak pernah, jarang (1-2 hari/minggu), kadang-kadang (3-4 hari/minggu), dan sering (5-7 hari/minggu) dilakukan.

Durasi dikategorikan sebagai “kurang dari 1 jam”, “antara 1 dan 2 jam”, “2 hingga 4 jam”, atau “lebih dari 4 jam”. Pekerjaan dibayar atau tidak dibayar, selain pekerjaan yang sebagian besar melibatkan aktivitas duduk, dicatat dalam total jam per minggu. Pekerjaan rumah tangga (ringan dan berat), pekerjaan rumput/perawatan halaman, perbaikan rumah, berkebun di luar ruangan, dan merawat orang lain dicatat sebagai “ya” atau “tidak”. Frekuensi dan durasi kegiatan rumah tangga tidak diminta.

Total skor *PASE* dihitung dengan mengalikan jumlah waktu yang dihabiskan dalam setiap aktivitas (jam/minggu) atau partisipasi (ya/tidak) dalam suatu aktivitas dengan bobot item yang diturunkan secara empiris dan menjumlahkan semua aktivitas. Skor *PASE* dikelompokkan dalam tertiles: 0 hingga 40 (sedentary), 41 hingga 90 (aktivitas fisik ringan) dan lebih dari 90 (aktivitas sedang hingga intens) (Curcio *et al*., 2019; Curcio *et al*., 2016).

Penelitian ini menggunakan *PASE* termodifikasi dimana hasil observasi diukur dengan satuan waktu menit dengan frekuensi dalam seminggu sebelum perlakuaan dan selama seminggu setelah perlakuan. Perlakuan yang diberikan pada penelitian ini latihan *ROM* aktif yang dilakukan selama 30 menit satu kali setiap minggu selama 1 bulan, dimana setiap latihan dilakukan pengulangan 2x.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imron & Asih (2015), dimana lansia dilatih untuk mengembalikan fungsi geraknya secara normal. *ROM* aktif dilakukan selama 30 menit selama satu minggu tiga kali untuk meningkatkan kekuatan otot dan memberi kesehatan fisik pada lansia. Hal ini juga diperkuat oleh Kisner & Colby (2016) yang menegaskan bahwa *ROM* dapat dilakukan maksimal tiga kali pengulangan. Adapun tujuannya yaitu untuk meningkatkan tingkat kemandirian lansia serta meningkatkan kekuatan otot pada lansia.

Hasil penelitian yang dilakukan Setyorino & Setyaningrum (2019) juga menunjukkan adanya perbedaan rentang gerak sendi pada lansia immobilitas fisik sebelum dan setelah dilakukan latihan *ROM* aktif. Hasil penelitian Andriani & Sari (2019) yang berjudul Pengaruh Latihan *Range of Motion (ROM)* Aktif Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot juga menunjukkan terdapat pengaruh latihan *Range of Motion (ROM)* aktif terhadap peningkatan kekuatan otot ekstremitas bawah pada lansia. Hasil penelitian yang dilakukan Nindawi, dkk. (2021) yang melihat Efektifitas Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif terhadap Tonus Otot didapatkan hasil ada pengaruh yang signifikan Latihan ROM aktif terhadap peningkatan kekuatan otot kaki pada lansia.

BAB 6
PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Nilai Sig. sebesar 0,0001 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan *Range Of Motion (ROM)* aktif terhadap aktifitas fisik pada 14 lansia di LKS LU Pangesti Lawang.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan *ROM* bermanfaat dalam memelihara kemampuan fisik lansia selama tinggal di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang sehingga peneliti menyarankan agar latihan *ROM* dapat dilakukan secara konsisten pada penghuni LKS LU Pangesti Lawang.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian dengan jumlah responden yang lebih besar dan jika menggunakan *modified* PASE belum ada penelitian yang menggunakan karakteristik responden di luar LKS LU Pangesti Lawang.

DAFTAR PUSTAKA

Ariesti, Ellia; A. Sri S, Felisitas; Vinsur, Elizabeth Yun Yun; Nugroho, Kristianto Dwi. (2021). Analisis Faktor Perilaku Lansia dengan Penyakit Kronis Berdasarkan *Health Belief Model* di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*; Vol. 11 No. 1 (2021): Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA;71-79. http://jurnal.stikesicsada.ac.id/index.php/jmakia/article/view/15310.37413/jmakia.v11i1.153

Astrid et al. (2011). "Pengaruh Latihan Range Of Motion (ROM) TerhadapKekuatanOtot, Luas GerakSendi, Dan KemampuanFungsionalPasien Stroke di RS Sint Carolus Jakarta". JurnalKeperawatan dan Kebidanan. Vol. 1, No. 4, Juni 2011 :175-182.

Chaidir&Zuardi. (2014). "Pengaruh Latihan *Range of Motion* Pada Ekstremitas Atas dengan Bola Karet Terhadap Kekuatan Otot Pasien Stroke Non Hemoragi di Ruang Rawat Stroke RSSN Bukittinggi Tahun 2012". Afiyah Vol 1 No 1 Januari 2014.

Curcio, Francesco MD1; Liguori, Ilaria MD1; Cellulare, Michele MD1; Sasso, Giuseppe MD1; Della-Morte, David MD, PhD2,3; Gargiulo, Gaetano MD4; Testa, Gianluca MD, PhD1,5; Cacciatore, Francesco MD, PhD1,6; Bonaduce, Domenico MD1; Abete, Pasquale MD, PhD. (2019). Physical Activity Scale for the Elderly (PASE) Score Is Related to Sarcopenia in Noninstitutionalized Older Adults, *Journal of Geriatric Physical Therapy*: July/September 2019-Volume 42-Issue 3-p 130-135. doi:10.1519/JPT.0000000000000139

Curcio F, Basile C, Liguori I, et al. (2016). Tinetti mobility test is related to muscle mass and strength in non-institutionalized elderly people. *Age.* 2016;38(5-6):525–533.

Figueira, H., Figueira, J., Mello, D. and Dantas, E. (2008). Quality of life throughout aging. *Acta Medica Lituanica*, 15, 169-172.

Fraga, M.J., Cader, S.A., Ferreira, M.A., Giani, T.S. and Dantas, E.H.M. (2011) Aerobic resistance, functional autonomy and quality of life (QoL) of elderly women impacted by a recreation and walking program. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 52, e40- e43.

Freitas, C.M.S.M., Santiago, M.S., Viana, A.T., Lea˜o, A.C. and Freyre, C. (2007) Aspectos motivacionais que influenciam a adesa˜o e manutenc¸a˜o de idosos a programas de exercı´cios fı´sicos. *Revista Brasileira de Cineantropometria & DesempenhoHumano*, 9, 92-100 (in Portuguese).

Glaister BC, Bernatz GC, Klute GK, Orendurf MS. Video task analysis of turning during activities of daily living. *Gait Postures*. (2007) Feb; 25:289–294.

Imron et al. (2015). Pengaruh Latihan ROM Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada Lansia di Dusun Karang Templek Desa Andongsari Kecamatan Ambulu Kabupaten Jember. Jurnal Edu Health. Vol. 5, No. 1, April 2015.

Jenkins, L. (2005). Mazimzing Range of Motion In Older Adult. *The Journal on Active Aging*. January February, 50-5

Kemenkes, RI. (2015). Situasi Lanjut Usia (LANSIA) di Indonesia. Kemenkes: Jakarta

Loeser, R.F., Delbono, O. (2009). *Aging of the muscle and joints*. In: Halter JB, editor. Hazzard, s geriatric medicine and gerontology. Chicago: Mc Graw Hill

Kurnia. (2017). "Pengaruh Pemberian Terapi Latihan dengan Metode Proprioceptive Neuromuscular Facilitation Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Ekstremitas Bawah Pada Pasien Stroke Non Hemoragik di RSSN Bukittinggi

Lukman & Ningsih. (2011). Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal. Jakarta: Salemba Medika.

Maimurahman, et al. (2012). "Keefektifan *Range of Motion* (ROM) Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas Pada Pasien Stroke". Jurnal Ilmu Keperawatan.

Mudrikhah. (2012). "Pengaruh Latihan *Range of Motion* Aktif Terhadap PeningkatanRentang Gerak Sendi Dan Kekuatan Otot Kaki Pada LanjutUsia di Panti Werda DharmaBakti Surakarta". Jurnal Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Muttaqin. (2011). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: RinekaCipta.

Nugroho. (2008). Keperawatan Gerontik dan Greiatrik. Edisi 2. Jakarta: EGC.

Nursalam, (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.Jakarta: Salemba Medika.

Olviani, et al. (2017). "Pengaruh Latihan Range Of Motion (ROM) Aktif – Asistif (Spherical Grip) Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas Pada Pasien Stroke Di Ruang Rawat Inap PenyakitSyaraf (Seruni) RSUD Ulin Banjarmasin". Dinamika Kesehatan Vol 8 No 1 Jul

Padila. (2013). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.

Potter & Perry. (2005). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4. Jakarta: EGC.

Pudjiastuti & Utomo. (2003). Fisioterapi Pada Lansia. Jakarta: EGC.

Rhestifujiyanti et al. (2015). "Comparison of Muscle Strength in Stroke Patients Between The Given And Not Given Range Of Motion Exercise". Nurse Media Journal of Nursing. Vol. 5, No. 2, 2015.

Safaah et al. (2017). "Effectiveness of Isometric And Range Of Motion (ROM) Exercise Toward Elderly Muscle Strenght In Pasuruan Integrated Service Unit, Elderly Social Service In Lamongan. Journal Biomedical Engineering. Vol. 3, No. 1, 2017.

Sahmad et al. (2016). "Pengaruh Pemberian Range of Motion (ROM) Pasif Terhadap Peningkatan Fleksibilitas Sendi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari". Jurnal Kesehatan Manarang. Vol. 2, No. 2, Desember 2016

Setiadi. (2013). Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu

So‟emah. (2014). “Pengaruh Latihan ROM (Range Of Motion) Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Pada Pasien CVA Infark Di Ruang Pajajaran RSUD Prof Dr Soekandar Mojosari Mojokerto”. Jurnal Ilmu Keperawatan.

Siqueira Rodrigues, B.G., Cader, S.A., et al. (2010) Pilates method in personal autonomy, static balance and quality of life of elderly females. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 14, 195-202. doi:10.1016/j.jbmt.2009.12.005

Stanley &Beare. (2007). Buku Ajar KeperawatanGerontik. Edisi 2. Jakarta: EGC.

Sugiyono. (2007). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Sukmaningrum. (2012). “Efektivitas Range Of Motion (ROM) Aktif – Asitif: Spherical Grip Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas Pada Pasien StrokeDi RSUD Tugurejo Semarang”. Jurnal Keperwatan 2012.

Suratun et al. (2008). Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal: Seri Asuhan Keperawatan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Suwito, (2019). Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas Bawah Lansia, REAL in Nursing Journal (fdk.ac.id)

Tainaka, K., Takizawa, T., Katamoto, S. and Aoki, J. (2009) Six-year prospective study of physical fitness and incidence of disability among community-dwelling Japanese elderly women. *Geriatrics & Gerontology International*, 9, 21-28. doi:10.1111/j.1447- 0594.2008.00492.x

Thigpen MT, Light KE, Creel GL, Flynn SM. Turning difficulty characteristics of adults aged 65 years or older. *Phys Ther*. (2000) Dec;80:1174–1187.

Uda et al. (2016). “Latihan *Range of Motion* Berpengaruh Terhadap Mobilitas Fisik pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial TresnaWerdha Unit Abiyoso Yogyakarta”. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia. Vol. 4, No. 3, Tahun2016:-177

Vale, R.G.S., Oliveira, R.D., Pernambuco, C.S., Meneses, Y.P.S.F., Novaes, J.S. andAndrade, A.F.D. (2009) Effects of muscle strength and aerobic training on basal serum levels of IGF-1 and cortisol in elderly women. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 49, 343-347. doi:10.1016/j.archger.2008.11.011

Wahyuningsih et al. “Pengaruh Range Of Motion Aktif (Clyndrical Grip) Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas Atas Pada Pasien Stroke Non Hemoragik”. Jurnal Ilmu Keperawatan.

Watsford, M.L., Murphy, A.J. and Pine, M.J. (2007) The effects of ageing on respiratory muscle function and performance in older adults. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 10, 36-44. doi:10.1016/j.jsams.2006.05.002

World Health Organization. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: World Health Organization.

Lampiran 1. Surat Tugas Peneliti

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
PANTI WALUYA MALANG
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Jalan Yulius Usman No. 62 Malang – 65117 Telp (0341) 369003 Fax. 368737
Email: lppmpantiwaluya@yahoo.com website: www.lppm.stikespantiwaluya.ac.id

SURAT TUGAS
025/III/2022/LPPM.STIKesPW

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ns. Berliany Venny Sipollo, S.Kep., MNS
Jabatan : Ketua LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Memberi tugas kepada:

Nama	: Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes	NIDN. 0715116501	sebagai Ketua
	Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, S.Kep., M.Kep	NIDN. 0714018604	sebagai Anggota
	Eli Lea W.P, SST	NIDN. -	sebagai Anggota
Jabatan	: Dosen		
Institusi	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang		
Alamat	: Jl. Yulius Usman No. 62 Malang		

Untuk melaksanakan penelitian pada periode Maret 2022 – Februari 2023 degan judul **"Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang".**

Demikian surat tugas ini dibuat, harap dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Malang, 25 Maret 2022
Yang memberi tugas

Ns. Berliany Venny Sipollo, S.Kep., MNS
NIDN. 0703089003

Lampiran 2. Surat Tugas Mahasiswa

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
PANTI WALUYA MALANG
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Jalan Yulius Usman No. 62 Malang – 65117 Telp (0341) 369003 Fax. 368737
Email: lppmpantiwaluya@yahoo.com website: www.lppm.stikespantiwaluya.ac.id

SURAT TUGAS
041/III/2022/LPPM.STIKesPW

Yang bertanda tangan di bawah ini:
Nama : Ns. Berliany Venny Sipollo, S.Kep., MNS
Jabatan : Ketua LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Memberi tugas kepada:
Nama : Rizza Elfana NIM.11200005
Monica Emi Puji Yemima Ladi Zai NIM. 11200007
Jabatan : Mahasiswa
Program Studi : D3 Keperawatan
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang
Alamat : Jl. Yulius Usman No. 62 Malang

Untuk membantu dalam pelaksanakan kegiatan Penelitian dosen atas nama **Ns. Monika Luhung, S.Kep.,M.Kes, Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, S.Kep.,M.Kep,** dan **Eli Lea Widhia Purwandhani, SST** dengan judul **"Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) PANGESTI Lawang".**

Demikian surat tugas ini dibuat, harap dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Malang, 28 Maret 2022
Yang memberi tugas

Ns. Berliany Venny Sipollo, S.Kep.,MNS
NIDN. 0703089003

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
PANTI WALUYA MALANG
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Jalan Yulius Usman No. 62 Malang – 65117 Telp (0341) 369003 Fax. 368737
Email: lppmpantiwaluya@yahoo.com website: www.lppm.stikespantiwaluya.ac.id

A

No : 012/V/2022/LPPM.STIKesPW
Lamp :
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Malang, 18 Mei 2022

Kepada Yth.
Pimpinan LKS-LU Pangesti Lawang
Di Tempat

Dengan hormat,
Dalam rangka melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang, maka melalui surat ini kami mengajukan permohonan izin untuk melakukan kegiatan Penelitian dengan judul "**Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang**". Adapun tim yang terlibat dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

No.	Nama	Posisi	NIDN
1.	Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes	Ketua	0715116501
2.	Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, S.Kep., M.Kep	Anggota	0714018604
3.	Eli Lea Widhia Purwandhani, SST	Anggota	-

Periode Pelaksanaan : Maret 2022 – Februari 2023
Lokasi/Tujuan : LKS-LU Pangesti Lawang.

Demikian permohonan izin ini kami ajukan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Hormat kami,
Ketua LPPM

LEMBAGA PENELITIAN PENGABDIAN MASYARAKAT
L P P M
STIKES PANTI WALUYA MALANG

Ns. Bernadny Venny Sipollo, S.Kep., MNS
NIDN. 0703089003

Lampiran 4. Surat Jawaban Penelitian

LEMBAGA KESEJAHTERAAN SOSIAL LANJUT USIA
LKS-LU PANGESTI
Jl. Sumber Mlaten No. 3
Kelurahan Kalirejo, Lawang – Malang
Telpon. 0341-427201, 426819
E-mail : werdhapangesti03@gmail.com

Lawang, 23 Mei 2022

Nomor : 49/LKSLU-P/V/2022
Lamp. : -
Hal : ***Jawaban Permohonan Ijin Penelitian***

Kepada :
Yth, Ketua LPPM
STIKES Panti Waluya Malang
Di MALANG

Dengan Hormat,

Berdasarkan Surat Pengantar No : 012/V/2022/LPPM.STIKesPW, perihal Permohonan Ijin Penelitian, maka bersama ini kami memberikan ijin kepada:

No	Nama	Posisi	NIDN
1.	Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes	Ketua	0715116501
2.	Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, S.Kep.,M.Kep	Anggota	0714018604
3.	Eli Lea Widhia Purwandhani, SST	Anggota	-

Untuk melakukan kegiatan penelitian di LKSLU Pangesti Lawang, dengan judul **" Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (KS-LU) Pangesti Lawang".**

Demikian jawaban dari kami, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Hormat Kami,

LKS-LU PANGESTI
Jl. Sumber Mlaten No.3
Lawang - Malang

Sr. Augusta, Misc
Kepala PSDM LKSLU Pangesti

Lampiran 5. Biodata Ketua

BIODATA KETUA

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap (dengan gelar) : Ns. Monika Luhung, S.Kep., M. Kes
2. Jabatan Fungsional : -
3. Jabatan Struktural : -
4. NIK : 1674/A
5. NIDN/NUPN : 07-1511-6501
4. Tempat dan Tanggal Lahir : Samarinda, 15 Nopember 1965
5. Alamat Rumah : Jln. Simpang Ijen No. 37 Malang
6. Telp. / Nomor HP : 0812-4292-3005
7. Alamat Kantor : Jl. Yulius Usman No. 62, Malang Jawa Timur
8. Telp. / Fax. : (0341) 369003/368737
9. E-mail : luhungmonika@gmail.com
10. Lulusan yang telah dihasilkan : S-1= orang, S-2= orang, S-3=orang
11. Mata Kuliah yang diampu : 1. Pendidikan Kesehatan dan PromosiKesehatan
    2. Keperawatan Komunitas II
    3. Keperawatan Dasar
    4. Etika Keperawatan
    5. Praktek Klinik Keperawatan Dasar
    6. Promosi Kesehatan

B. Riwayat Pendidikan

Program	S1	Profesi	S2
Nama Perguruan Tingi	Universita Brawijaya	Universitas Brawijaya	Universitas Airlangga
Bidang Ilmu	Ilmu Keperawatan	Profesi Ners	Kesehatan Masyarakat
Tahun Masuk	2009	2011	2015
Tahun Lulus	2011	2012	2018
Judul Skripsi/ Tesis/ Disertasi	Hubungan Faktorresiko kolesterol LDL dengan kejadian hipertensipada lansia	-	Pengaruh Pendampingan terhadap kapasitas remaja dalam pencegahan pernikahan dini didesa Tosari Pasuruan
Nama pembimbing/ Promotor	Dr.dr. Nurdiana, M. Kes	-	Oedojo Soedirham,dr., M. PH., M.A., Ph. D

C. Pengalaman Penelitian 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah(Rp)
1	2019-2020	Analisis Manajemen *Aging Process Problem* di Posbindu Wilayah Puskesmas Bareng Malang dengan pendekatan Model *PreceedProcede*	STIKes Panti Waluya	3.500.000
2	2020-2021	Analisis Faktor Pengaruh *Study from Home (SFH*) Karena Wabah COVID-19Terhadap Prestasi	STIKes Panti Waluya	5.000.000
3	2021-2022	Efektivitas Pembelajaran Daring Terhadap Pencapaian Kemampuan *Knowledge* Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan STIKes Panti Waluya Malang	STIKes Panti Waluya	5.000.000

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul Pengabdian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah(Rp)
1	2019/2020 ganjil	Pemberdayaan Kader dalam Upaya Peningkatan Program Prolanis pada Lansia di Desa Tambakasri Wilayah Kerja Puskesmas Tajinan Kabupaten Malang.	STIKes Panti Waluya	2.000.000
2	2019/2020 genap	Edukasi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Penularan Covid-19 di Desa Ngijo Karang Ploso, Kabupaten Malang.	STIKes Panti Waluya	2.000.000
3	2020/2021 ganjil	Pemberdayaan Guru dan Orang Tua dalam Penerapan Protokol Kesehatan Menuju New Normal di LingkunganSekolah TK RA Muslimat dan PAUD Cerdas Ceria, Desa Pandansari Kecamayan Poncokusumo, Kabupaten Malang.	STIKes Panti Waluya	2.500.000

4	2020/2021 genap	Pemberdayaan Pendamping Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (HBS) Anak Usia Dini Dalam PemanfaatanLidah Buaya *(Aloe Vera)* Sebagai Upaya Preventif Menghadapi Pandemi Covid-19 Melalui Pembuatan *Handwashing Foaming* di Paud Cerdas Ceria Di Desa Pandansari Kec. Poncokusumo Malang.	STIKes Panti Waluya	2.500.000
5	2021/2022 ganjil	Pelatihan Kader Kesehatan Mengenai Screening Demensia Pada Lansia Dengan Menggunakan *Mini Mental State Examination (MMSE)* Di Desa Tambakasri Wilayah Kerja Puskesmas Tajinan Kabupaten Malang.	STIKes Panti Waluya	2.500.000

E. Penulisan Artikel Ilmiah Dalam Jurnal 5 Tahun Terakhir

No	Judul Artikel Ilmiah	Vol/No/Tahun	Nama Jurnal
1	Analisis Manajemen *Aging Process Problem* dengan pendekatan Model *Preceed Procede.*	Volume 5 Nomor 1 Juni 2020	Jurnal Keperawatan Malang
2	Analisis Faktor Pengaruh Studi *from Home (SFH)* Karena Wabah COVID-19 Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Mahasiswa STIKes Panti Waluya Malang.	Volume 5 Nomor 2 Desember 2020	Jurnal Keperawatan Malang
3	Efektivitas Pembelajaran Daring Terhadap Pencapaian Kemampuan KnowledgeMahasiswa Program Studi D-III Keperawatan.	Volume 12 Nomor 1 Februari2022	Jurnal Keperawatan Malang

F. Pemakalah Seminar Ilmiah (Oral Presentation) 5 Tahun Terakhir

No	Nama Pertemuan	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1	**Tidak ada**	-	-
2			

G. Karya Buku 5 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

H. Perolehan HKI 5-10 Tahun Terakhir

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

I. Pengalaman Merumuskan Kebijakan Publik/Rekayasa Sosial Lainnya

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

Semua biodata yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan penelitian.

Malang, 10 Agustus 2022

Ns. Monika Luhung, S. Kep., M. Kes
NIDN. 0715116501

Lampiran 6. Biodata Anggota 1

BIODATA ANGGOTA

A. IDENTITAS DIRI

Nama	:	Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep
JabatanFungsional	:	Tenaga Pengajar
NIDN	:	0714018604
Tempat&TanggalLahir	:	Malang, 14 Januari 1986
AlamatRumah	:	Jl. Sumpil II/8B RT2/6 Blimbing, Malang
NomorHP	:	+62856 3577 434
AlamatKantor	:	Jl. Yulius Usman 62 Malang Jawa Timur
TeleponKantor	:	(0341)369003
Alamate-mail	:	lizavinsur.LV@gmail.com
Mata Kuliah yang diampu	:	Anatomi dan Fisiologi, IT in Nursing, Sistem Informasi Keperawatan, Manajemen Keperawatan

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

	S1	S2
Nama PT	Universitas Brawijaya	Universitas Brawijaya
	Kedokteran/Keperawatan	Kedokteran/Keperawatan
Bidang Ilmu	Ilmu Keperawatan	Magister Keperawatan
Tahun Masuk-Lulus	2004-2009	2014-2018
Judul Skripsi/Tesis	Efektifitas Frekuensi Perawatan Kateter Urine di RSSA Malang	Analisis Faktor Pra RumahSakit pada Penderita yang Berhubungan dengan Keterlambatan Waktu Terapi Reperfusi Sindrom Koroner Akut (SKA) di RSUD dr. Saiful Anwar, Tahun 2016
Nama Pembimbing/ Promotor	1. Dr. dra. Sri Andarini, Apt., M. Si 2. Ns. Tony Suharsono,S. Kep	1. Prof. Dr. dr. Djanggan Sargowo, Sp. PD, Sp.JP(K) 2. Ns. Tony Suharsono, M. Kep

C. PENGALAMAN PENELITIAN 5 TAHUN TERAKHIR

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2018	Faktor Pemilihan Pelayanan Kesehatan Dilihat dari Perspektif Lansia di Dusun Wonosari DesaPandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang.	Internal	3.000.000
2	2019	Hubungan motivasi menjadi perawat dengan Indeks Prestasi mahasiswa di STIKes Panti Waluya Malang	Internal	3.500.000

3	2020	Hubungan antara kemampuan penyesuaian diri mahasiswa dengan prestasi belajar di STIKes Panti Waluya Malang.	Internal	4.000.000

D. PENGALAMAN IPTEKS BAGI MASYARAKAT 5 TAHUN TERAKHIR

No	Tahun	Judul Ipteks bagi Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2018	Pelatihan dan Pengembangan Kader Posyandu Lansia tentang Manajemen Hipertensi dengan Metode *Emotional Freedom Technique* (EFT) Guna Meningkatkan Pelayanan Kesehatan pada Lansia di Dusun Wonosari Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang	Internal	4.500.000
2	2019	Kelakar tangguh bencana: Kelak Aku Pendekar Tangguh Bencana sebagai upaya peningkatan kepedulian generasi muda terhadap bencana di PAUD Cerdas dan TK RA Muslimat Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang.	Internal	4.500.000
3	2019/ 2020	Pemberdayaan pengasuh lansia dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dalam mencegah atau menurunkan depresi pada lansia menggunakan terapi *reminiscence* di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang Kabupaten Malang Indonesia.	Internal	2.000.000
4	2019/ 2020	Pemberdayaan Pengasuh Lansia dalamMeningkatkan Kualitas Kesehatan Mulut Lansia Menggunakan Obat Kumur Daun Sirih di Panti Werdha Tresno Mukti Turen Kabupaten Malang.	Internal	2.000.000
5	2020/ 2021	Peningkatan Kapasitas Kader Kesehatan sebagai *Agent of Change* ke masyarakat melalui perubahan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pengendalian penyebaran *Coronavirus Disease* di Kelurahan Kebonsari Kecamatan Sukun Kota Malang.	Internal	2.000.000
6	2020/ 2021	Pendampingan psikologis remaja dalam mencegah/ mengatasi tekanan dan membangun ketahanan selama pandemi SARS CoV-2 di SMALaboratorium UM.	Internal	2.000.000

E. PENULISAN ARTIKEL ILMIAH DALAM JURNAL 5 TAHUN TERAKHIR

No	JudulArtikelIlmiah	Vol/No/Tahun	Nama Jurnal
1	*Patient's Chest Discomfort Associated With Delay In Reperfusion Therapy Acute Coronary Syndrome*	6/1/2018	Jurnal Ilmu Keperawatan
2	Analisis Faktor yang Mempengaruhi Lansia Datang ke Pelayanan kesehatan	6/2/2019	Jurnal Nersdan Kebidanan
3	Analisis Faktor Perilaku Lansia dengan Penyakit Kronis Berdasarkan *Health Belief Model* di Puskesmas	11/1/2021	Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA
4	Pemberdayaan Pengasuh Lansia dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia dalam Mencegah atau Menurunkan Depresi Menggunakan Terapi *Reminiscence* Pada Lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang Kabupaten Malang Indonesia	3/1/2021	Jurnal Suaka Insan Mengabdi
5	Media Promosi Kesehatan Kesiapsiagaan Menghadapi Virus Corona (COVID-19)	2/2/2021	Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih

F. PEMAKALAH SEMINAR ILMIAH (*ORAL PRESENTATION*) 5 TAHUN TERAKHIR

No	Nama Pertemuan	Judul Artikel Ilmiah	Waktu
1	*The First International Conference on Nursing*	*Audio-Visual Multimedia to Development Physiology Respiratory Media Learning*	28 Feb-1 Maret 2015 Harris Hotel, Malang
2	*12thinternational seminar on disaster: Health Care Issues Toward Sustainable Development Goals (SDGs)*	*Family Therapy: Intervention to Help Adolescents with Mental Problems*	1-2 March 2016UGM, Yogyakarta

G. KARYA BUKU 5 TAHUN TERAKHIR

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1				
2				

H. PEROLEHAN HKI 5-10 TAHUN TERAKHIR

No	Judul HKI	Tahun	Jenis	NomorP/ID
1	Buku Saku Kader Kesehatan Pokja Lansia: Mengenal HT pada Usia Lanjut dan Penatalaksanaannya dilengkapi dengan Metode EFT	2021	Buku Saku	

I. PENGALAMAN MERUMUSKAN KEBIJAKAN PUBLIK/REKAYASA SOSIAL (5TAHUN TERAKHIR)

No	Judul Buku	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1				
2				

J. PENGHARGAAN YANG PERNAH DIRAIH 10 TAHUN TERAKHIR

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1			
2			

Semua biodata yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan penelitian.

Malang, 10 Agustus 2022

Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M.Kep
NIDN. 0714018604

Lampiran 7. Biodata Anggota 2

BIODATA ANGGOTA

A. IDENTITAS DIRI

1.	Nama	:	Eli Lea Widhia Purwandhani, SST
2.	Jabatan Fungsional	:	-
3.	Jabatan Struktural	:	-
4.	NIP	:	08/A/AKP
5.	NIDN	:	-
6.	Tempat &Tanggal Lahir	:	Kediri, 13 Februari 1984
7.	Alamat Rumah	:	Asrama Yonkav 3/ Andhaka Cakti, Ds. Randuagung, Kec. Singosari, Kab. Malang
8.	Nomor Ponsel	:	082221869984
9.	Alamat Kantor Asal	:	Jl. Yulius Usman 62 MalangJawa Timur
10.	Telepon Kantor	:	(0341) 369003
11.	Alamat e-mail	:	elyleaa@gmail.com
12.	Mata Kuliah yang diampu	:	-

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

	S-1	S-2
Nama PT	Universitas Padjajaran	-
Bidang Ilmu	Diploma IV Bidan Pendidik	-
Tahun Masuk-Lulus	2007– 2008	-
Judul Skripsi/Tesis	Hubungan Tinggal di Kawasan Pengungsian Korban Lumpur Lapindo dengan Status Gizi Balita di Desa Porong Bulan Agustus Tahun 2008	-
Nama Pembimbing/Promotor	Bambang S., dr., SpOG dan Farid, dr., Ir, SpOG(K)., M.Kes, MH. Kes	-

C. PENGALAMAN PENELITIAN 5 TERAKHIR

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2017	Analisa Pengaruh Stimulasi Janin Terhadap Temperamen Bayi	AKPER Panti Waluya	Rp 3.000.000
2	2017-2018 Ganjil	Faktor-Faktor Predisposisi yang Mempengaruhi Pembentukan Temperamen Bayi Usia 2-3 Bulan	AKPER Panti Waluya	Rp 3.000.000
3	2018	Pengaruh Pemberian Paket "*Affection*" Terhadap Aktivitas Seksual Pada Pasangan Menopause	STIKes Panti Waluya Malang	Rp. 3.000.000

4	2018-2019	Faktor Determinan yang Melatarbelakangi terjadinya Kehamilan Remaja di Desa Pandansari Kec.Poncokusumo, Kab. Malang	STIKes Panti Waluya Malang	Rp. 6.000.000
5	2019-2020	Pengaruh *In House Training* Tentang Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Terhadap Ketepatan Perawat Dalam Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Di Rs X	STIKes Panti Waluya Malang	Rp. 6.000.000
6	2020-2021	Pengalaman Pembelajaran Sistem Daring Dalam Pencapaian Target Kompetensi Keperawatan Maternitas di Era Pandemik Covid 19 "Analisis Fenomenologi"	STIKes Panti Waluya Malang	Rp. 5.000.000
7	2021	Analisa Pengaruh Informasi Tentang Pandemi Covid-19 Terhadap Pola Asuh Anak Balita	STIKes Panti Waluya Malang	Rp. 5.000.000

D. PENGALAMAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT 5 TAHUN

No	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1	2017	Pemberdayaan Kelompok Kerja Kesehatan (Pokjakes) & Masyarakat tentang Kesehatan Reproduksi Remaja di RT 02 RW 18 Dusun Sukosari Desa Pandansari, Kec. Poncokusumo, Kab. Malang	AKPER Panti Waluya	Rp 4.500.000
2	2017-2018 Ganjil	Pelatihan dan Pemberdayaan Siswa Tentang Kesehatan Reproduksi Guna Meningkatkan Ketangguhan Siswa MANU AL-HIDAYAH Dalam Bidang Kesehatan di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang	AKPER Panti Waluya	Rp 4.500.000
3	2018	Pemberdayaan Kader Posyandu KIA dalam Penerapan Paket "Harmoni" Guna Menurunkan Kecemasan pada Ibu Hamil Resiko Tinggi dalam Menghadapi Persalinan di Dusun Wonosari Desa Pandansari Kec. Poncokusumo Kab. Malang	STIKes Panti Waluya Malang	Rp 4.500.000
4	2018-2019	Paket Affection: Upaya Meningkatkan Status Kesehatan Pasangan Lansia di Dsn. Pandansari Karajan, Desa Pandansari, Kec. Poncokusumo, Kab. Malang.	STIKes Panti Waluya Malang	Rp 4.500.000

5	2019-2020	Sex Education: Upaya menurunkan pernikahan pada remaja di Dusun Wonosari Desa Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang	STIKes Panti Waluya Malang	2.000.000
6	2019-2020	Media Promosi Kesehatan Kesiapsiagaan MenghadapiVirus Corona (Covid-19)	STIKes Panti Waluya Malang	2.500.000
7	2020-2021	Pemberdayaan Kader Kesehatan Yang Tanggap Menghadapi Virus Corona (Covid-19)	STIKes Panti Waluya Malang	2.500.000
8	2021-2022	Pelatihan Pada Caregiver LansiaTentang Terapi Thought Stopping Untuk Mengatasi Kecemasan Selama Merawat Lansia di Masa Pandemi Covid 19 Di LKS-LU Pangesti Lawang Kabupaten Malang	STIKes Panti Waluya Malang	2.500.000

E. PENULISAN ARTIKEL ILMIAH DALAM JURNAL 5 TAHUN TERAKHIR

No	Judul Artikel Ilmiah	Vol/No/Tahun	Nama Jurnal
1	Analisa Pengaruh Stimulasi Janin Terhadap Temperamen Bayi	Vol 2 No 1 Juni 2017	Jurnal Keperawatan Malang
2	Pengaruh Pemberian Paket "*Affection*" Terhadap Aktivitas Seksual Pada Pasangan Menopause	Penelitian 2018	Journal of Ners and Midwifery No e-ISSN: 2355_052X ISSN: 2548-3811April 2019 Vol.6 No.1 hl 56-62
3	Faktor-Faktor Determinan Yang Melatar Belakangi Kehamilan Remaja Di Desa Pandansari Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang.		Journal of Ners and Midwifery No e-ISSN: 2355_052X ISSN:2548-3811
4	Pemberdayaan Kader Kesehatan Yang Tanggap Menghadapi Virus Corona (Covid-19)	Program Kemitraan Masyarakat (PkM) 2020-2021	Jurnal Abdimas Saintika Vol 3 Nomor 1 e-ISSN: 2715-4424, p- ISSN: 2746-797X tahun 2021 https://jurnal.syedzasaintika.ac.id

F. PEMAKALAH SEMINAR ILMIAH (ORAL PRESENTATION) 5 TAHUNTERAKHIR

No	Nama Pertemuan	Judul Artikel Ilmiah	Waktu
1	-	-	-
2	-	-	-

G. KARYA BUKU 5 TAHUN TERKAHIR

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Tidak Ada	-	-	-
2				

H. PEROLEHAN HKI 5-10 TAHUN TERAKHIR

No	Judul HKI	Tahun	Jenis	Nomor P/ID
1	Affection Package Bagi Wanita Menopouse	22 Januari 2020	Poster	000176259
2	Paket Harmoni Bagi Pasangan Ibu HamilResiko Tinggi	22 Januari 2020	Poster	000176258

I. PENGALAMAN MERUMUSKAN KEBIJAKAN PUBLIK/REKAYASA SOSIAL LAINNYA 5 TAHUN TERAKHIR

No	Judul Buku	Tahun	Jumlah Halaman	Penerbit
1	Tidak Ada	-	-	-
2				

J. PENGHARGAAN YANG PERNAH DIRAIH 10 TAHUN TERAKHIR

No	Jenis Penghargaan	Institusi Pemberi Penghargaan	Tahun
1	Tidak Ada	-	-
2			

Semua biodata yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan penelitian.

Malang, 10 Agustus 2022

Eli Lea Widhia Purwandhani, SST
NIP. 08/A/AKP

Lampiran 8. Lembar Informasi

Kepada:
Yth. Bapak/Ibu……

Dengan hormat,
Kami yang bertanda-tangan dibawah ini:

Nama Peneliti	:	Ns. Monika Luhung, S. Kep., M. Kes
		Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep
		Eli Lea Widhia P, S.ST
Institusi	:	STIKes Panti Waluya Malang

Dalam rangka pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi, kami bermaksud melakukan penelitian dengan judul: Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) Pangesti Lawang. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran hubungan yang dimiliki antara latihan rentang gerak aktif yang diberikan pada lansia dengan keaktifan fisik lansia. Penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian bagi Bapak/Ibu sebagai responden. Peneliti akan tetap menjaga hak-hak Bapak/Ibu sebagai responden dengan tidak akan memaksa untuk berpartisipasi dan tidak akan menyebarkan jawaban yang diberikan kepada pihak lain yang tidak berkepentingan. Pengolahan data menggunakan kode inisial sehingga dijamin kerahasiaannya.

Kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menandatangani lembar persetujuan sesuai dengan petunjuk yang ada. Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kesediaannya, kami mengucapkan terimakasih.

Malang, ……..2022

Ketua Peneliti Anggota

Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes Ns.ElizabethY Y V,M.Kep/Eli Lea W. P, S.ST

Lampiran 9. Persetujuan menjadi Responden

Judul penelitian	: Pengaruh Latihan *Range of Motion* (ROM) Aktif Terhadap Keaktifan Fisik Pada Lansia Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Lanjut Usia (LKS-LU) PANGESTI Lawang
Nama Peneliti	: Ns. Monika Luhung, S. Kep., M. Kes Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. KepEli Lea Widhia P, S.ST
Institusi	: STIKesPantiWaluyaMalang

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan **bersedia**/**tidak bersedia***) menjadi responden dalam penelitian ini. Setelah membaca dan memahami penjelasan yang diberikan saya mengertibahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian bagi saya. Informasi yang saya berikan akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan saya memberi kesempatan oleh peneliti untuk bertanya tentang hal-hal yang belum dimengerti. Apabila di dalam pertanyaan atau pernyataan kuisioner menimbulkan rasa tidak nyaman bagi saya, maka saya berhak untuk mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa ada sanksi apapun. Jika ada hal-hal yang kurang jelas, saya dapat menghubungi (Monika 081242923005/Liza 08563577434/Lea 082221869984).

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Malang, ...2022

Responden,

( )

Lampiran 10. Lembar Kuiesioner

LEMBAR KUISIONER

A. PetunjukPengisian:

1. Bacalah pertanyaan dan pernyataan berikut dengan baik
2. Anda sebagai responden diperbolehkan bertanya kepada peneliti, jika ada pertanyaan/pernyataan yang tidak dimengerti
3. Beri tanda checklist (√) pada pernyataan dan kolom yang sesuai dengan pendapat anda atau kondisi anda
4. Berikan penjelasan singkat, jika terdapat isian singkat
5. Selamat mengisi dan terima kasih atas kerjasamanya

B. Identitas Responden

No. Responden	:
Jenis kelamin	:
Usia (tahun 2022)	:
Pendidikan	:
Alamat (kamar)	:
Status pernikahan	:
Riwayat pekerjaan	:
Riwayat penyakit dahulu	:
Riwayat penyakit sekarang	:
Tanda-tanda vital	:
IMT (Index Massa Tubuh)	:

C. Kuisioner *Physical Activity Scale for Elderly* (PASE) termodifikasi

Aktifitas	Waktu (menit)
1. Jalan-jalan di luar kamar	
2. Olah raga ringan: latihan peregangan	
3. Olah raga sedang: senam	
4. Olah raga yang membutuhkan gerakan otot: jalan cepat	
5. Olah raga yang membutuhkan tarikan otot: mengangkat air dalam ember, memindah pot bunga	
6. Aktifitas pekerjaan rumah yang ringan: mencuci piring, membersihkan & merapikan tempat tidur	

Aktifitas	Waktu (menit)
7. Aktivitas pekerjaan rumah yang berat: mengepel, membersihkan jendela	
8. Memperbaiki rumah: memperbaiki pigura, handle pintu	
9. Merawat taman	
10. Berkebun	
11. melayani kebutuhan orang lain: membantu menyuapi, menuntun, mengambilkan/memakaikan baju	

D. Latihan *Range of Motion (ROM)* Aktif

No	Gerakan	Latihan 1	Latihan 2	Latihan 3	Latihan 4
1	Punggung: membungkuk				
2	Punggung: ke samping kiri dan kanan				
3	Leher: menunduk & tengadah				
4	Leher: ke samping kiri dan kanan				
5	Leher: memutar				
6	Panggul: ayunkan tungkai ke belakang				
7	Panggul: tekuk tungkai ke depan				
8	Panggul: menyilangkan tungkai				
9	Panggul: menjaukan tungkai				
10	Menekuk lutut				
11	Bahu: ayunkan ke arah luar, menjauh				
12	Bahu: ayunkan ke depan dan ke belakang				
13	Siku: ditekuk ke dalam dan luruskan				
14	Lengan bawah: putar ke dalam & keluar				
15	Pergelangan kaki: gerakkan ke kanan & kiri				
16	Kaki: tekuk ke dalam dan keluar				
17	Lengan bawah: gerakkan ke kanan & kiri				
18	Tangan: tekuk ke dalam & keluar				
19	Ibu jari: gerakkan ke dalam				
20	Ibu jari: gerakkan ke dalam				

E. Latihan *Range of Motion (ROM)* Aktif

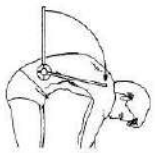
Washington State Department of Social & Health Services

Range of Joint Motion Evaluation Chart

NAME OF PATIENT	SOCIAL SECURITY NUMBER

INSTRUCTIONS: For each affected joint, please indicate the existing limitation of motion by drawing a line(s) on the figures below, showing the maximum possible range of motion or by notating the chart in degrees. Provide a complete description of all affected joints in your narrative summary. If range of motion was normal for all joints, please comment in your narrative summary. If joints which do not appear on this chart are affected, please indicate the degree of limited motion in your narrative.

1. Back



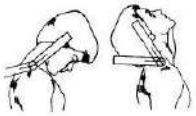
Extension 25°	Flexion 90°
Degrees	Degrees

2. Lateral (flexion)



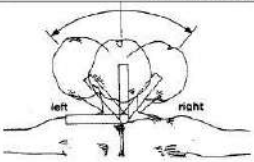
Left 25°	Right 25°
Degrees	Degrees

3. Neck



Extension 60°	Flexion 50°
Degrees	Degrees

4. Neck (lateral bending)



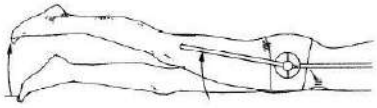
Left 45°	Right 45°
Degrees	Degrees

5. Neck (rotation)



Left 80°	Right 80°
Degrees	Degrees

6. Hip (backward extension)



Left 30°	Right 30°
Degrees	Degrees

7. Hip (flexion)



Left	
Knee Flexed 100°	Knee Extended 100°
Degrees	Degrees
Right	
Knee Flexed 100°	Knee Extended 100°
Degrees	Degrees

8. Hip (adduction)



Left 20°	Right 20°
Degrees	Degrees

9. Hip (abduction)



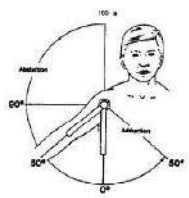
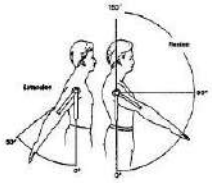
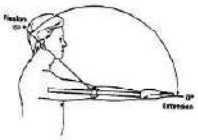
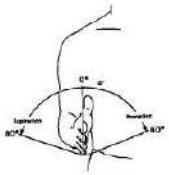
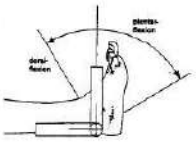
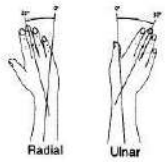
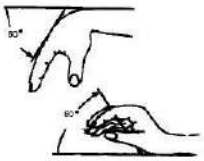
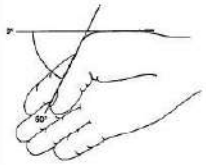
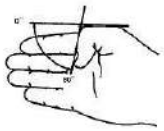
Left 40°	Right 40°
Degrees	Degrees

10. Knee (flexion)



Left 150°	Right 150°
Degrees	Degrees

DSHS 13-585A (REV. 08/2002) (AC 01/2003)

11. Shoulder (Abduction – Adduction)			12. Shoulder (Flexion – Extension)		
	Left			Left	
	Abduction 150°	Adduction 30°		Extension 50°	Flexion 150°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Abduction 150°	Adduction 30°		Extension 50°	Flexion 150°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
13. Elbow			**14. Forearm (Pronation – Supination)**		
	Left			Left	
	Extension 0°	Flexion 150°		Pronation 80°	Supination 80°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Extension 0°	Flexion 150°		Pronation 80°	Supination 80°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
15. Ankle			**16. Ankle (Flexion – Extension)**		
	Left			Left	
	Inversion 30°	Eversion 20°		Plantar 40°	Dorsal 20°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Inversion 30°	Eversion 20°		Plantar 40°	Dorsal 20°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
17. Wrist (radial, ulnar)			**18. Wrist**		
	Left			Left	
	Radial 20°	Ulnar 30°		Extension 60°	Flexion 60°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
	Right			Right	
	Radial 20°	Ulnar 30°		Extension 60°	Flexion 60°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
19. Thumb (MP Joint)			**20. Thumb (IP Joint)**		
	Left	Right		Left	Right
	Flexion 60°	Flexion 60°		Flexion 80°	Flexion 80°
	Degrees	Degrees		Degrees	Degrees
DATE OF EXAMINATION	EXAMINING PHYSICIAN'S SIGNATURE			DATE OF REPORT	

DSHS 13-585A (REV. 08/2002) (AC 01/2003)

No. urut	No Resp.	Nama	Usia	JK	Pendidikan	Riw. Pekerjaan	Alamat	Status pernikahan	RPD	RPS	TTV								
																2. Pre	2. Post	3. Pre	3. Post
											TD1	TD2	Suhu1	Suhu2	IMT	1		2	
1	4	Petrus	74	Laki-laki	SMP	Kary. Swasta	Panti	Menikah	Bronkitis		120/80	120/70	36.2	36.3	26.2	360	420	10	15
2	15	Syamsu	61	Laki-laki	SMA	Kary. Swasta	Panti	Belum menikah	Anemia & Hemorrhoid		110/70	110/60	36.4	35.8	19	120	180	15	20
3	12	Juni	70	Perempuan	SMA		Panti	Belum menikah			110/60	110/60	36.1	35.8	23	240	300	10	15
4	3	Erni	74	Perempuan	SMA	Kary. Swasta	Panti	Belum menikah			120/70	120/80	36.4	35.7	26	180	210	10	15
5	5	Julianto	80	Laki-laki	SMP	Tidak bekerja	Panti	Cerai hidup	PO Cholelithiasis, HT		140/90	130/80	36.4	35.9	26	120	180	15	25
6	6	P. Sutris	62	Laki-laki	SMA	Tidak bekerja	Panti	Belum menikah	HT	HT	170/110	160/100	36.2	36	22.4	240	270	5	10
7	1	Kusuma	79	Perempuan	SMP	IRT	Panti	Menikah	DM	HT	160/100	160/100	36.3	36	24.7	120	150	15	20
8	11	Christin	75	Perempuan	SMP	IRT	Panti	Cerai mati	HT		140/80	130/90	36	36	26.6	240	300	10	15
9	14	Lucia	84	Perempuan	SMP	IRT	Panti	Menikah	DM, HT		130/90	130/70	36.2	36	24.1	120	135	10	15
10	10	Ibrahim	78	Perempuan	SMP	Kary. Swasta	Panti	Belum menikah	Anemia, Waham, PO Cholesistectomy		140/90	130/80	36.4	36.2	23.5	60	60	10	15
11	16	Gunadi	67	Laki-laki	SMP	Wiraswasta	Panti	Cerai hidup	DM, HT		130/80	130/90	36.6	36.1	24.7	60	90	10	15
12	13	Piet	73	Perempuan	SMA	IRT	Panti	Cerai mati	Stroke, HT	Stroke	140/80	140/70	35.8	36	28	120	150	10	15
13	7	Hermaw	62	Laki-laki	SMA	Kary. Swasta	Panti	Menikah	Stroke, anemia		130/90	130/80	35.9	36	25.7	30	45	10	15
14	9	Ricky	66	Laki-laki	SMA	Kary. Swasta	Panti	Menikah	Polio, Stroke, HT		140/90	150/80	35.9	36	24	60	90	5	5

	PASE Aktifitas Fisik Sehari-hari (menit)																			
	4. Pre	4. Post	5. Pre	5. Post	6. Pre	6. Post	7. Pre	7. Post	8. Pre	8. Post	9a. Pre	9a. Post	9b. Pre	9b. Post	9c. Pre	9c. Post	9d. Pre	9d. Post	Total pre	Total post	
	3		4		5		6		7		8		9		10		11				
1	10	15	60	90	60	75	60	90	15	20	15	20	30	45	30	45	15	20	665	855	1
2	10	20	60	120	60	90	15	20	10	20	15	30	10	15	60	90	60	90	435	695	2
3	10	15	60	120	10	20	90	120	10	15	30	60	30	40	30	45	30	60	550	810	3
4	10	15	10	15	10	15	5	5	15	15	5	5	5	5	5	5	5	5	260	310	4
5	15	30	15	30	10	20	10	15	10	15	10	20	15	15	15	15	15	20	250	385	5
6	10	20	20	40	10	15	10	15	10	15	10	15	10	15	10	15	10	15	345	445	6
7	15	20	5	20	5	10	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	190	250	7
8	10	15	15	30	15	45	60	90	5	10	15	20	10	20	10	20	15	30	405	595	8
9	10	15	10	20	5	10	5	10	10	15	10	15	10	15	5	10	10	20	205	280	9
10	10	10	10	10	5	7	5	5	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	103	112	10
11	10	15	10	20	5	10	5	10	3	5	5	7	60	60	5	10	60	60	233	302	11
12	10	15	10	20	5	10	5	10	0	0	0	0	0	0	0	0	5	10	165	230	12
13	10	15	5	10	5	15	0	0	5	7	0	0	0	0	0	0	5	10	70	117	13
14	5	5	5	7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	75	107	14

							Keterangan
a pre	a post	b pre	b post	c pre	c post	10	
500	615	150	220	15	20	Pernah	
265	430	110	175	60	90	Pernah	Jalan2, bawa ember baju, bersihkan TT, buang urine tampung, perbaiki jam
330	470	190	280	30	60	Pernah	Aktif dalam kegiatan harian, bantu bereskan piring2, menggaris2 buku, jahit yg berlubang
220	270	35	35	5	5	Pernah	
175	285	60	80	15	20	Tidak pernah	
285	355	50	75	10	15	Tidak pernah	
160	220	25	25	5	5	Tidak pernah	
290	405	100	160	15	30	Tidak pernah	Naik turun tangga, angkat ember cucian, menjahit baju berlubang, setrika, menyapu
155	195	40	65	10	20	Pernah	Buka tutup jendela kamar, ambil air minum di teko, cabut rumput, ambilkan baju
95	102	8	10	0	0	Pernah	
95	150	78	92	60	60	Pernah	Jalan2, rebus air termos, perbaiki sound system, ambil baju sendiri
155	210	5	10	5	10	Pernah	Bantu menyuapi
60	100	5	7	5	10	Pernah	Bisa jalan sendiri menggunakan ABJ
75	107	0	0	0	0	Pernah	

Lampiran 12. Hasil Analisa Statistik

UJI NORMALITAS DATA

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre_AktifitasFisik	.192	14	.170	.927	14	.275
Post_AktifitasFisik	.199	14	.139	.896	14	.097

a. Lilliefors Significance Correction

ANALISIS UNIVARIAT

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	61	1	7.1	7.1	7.1
	62	2	14.3	14.3	21.4
	66	1	7.1	7.1	28.6
	67	1	7.1	7.1	35.7
	70	1	7.1	7.1	42.9
	73	1	7.1	7.1	50.0
	74	2	14.3	14.3	64.3
	75	1	7.1	7.1	71.4
	78	1	7.1	7.1	78.6
	79	1	7.1	7.1	85.7
	80	1	7.1	7.1	92.9
	84	1	7.1	7.1	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

JenisKelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	7	50.0	50.0	50.0
	Laki-laki	7	50.0	50.0	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	7	50.0	50.0	50.0
	SMA	7	50.0	50.0	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Bekerja	1	7.1	7.1	7.1
	Ibu Rumah Tangga	5	35.7	35.7	42.9
	Wiraswasta	1	7.1	7.1	50.0
	Karyawan Swasta	7	50.0	50.0	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Status_Perkawinan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Belum Menikah	5	35.7	35.7	35.7
	Cerai	4	28.6	28.6	64.3
	Menikah	5	35.7	35.7	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

Penyakit_Penyerta

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Memiliki Riwayat Penyakit Penyerta	12	85.7	85.7	85.7
	Tidak Memiliki Riwayat Penyakit Penyerta	2	14.3	14.3	100.0
	Total	14	100.0	100.0	

ANALISIS BIVARIAT

Correlations

			Pre_AktifitasFisik	Post_AktifitasFisik
Spearman's rho	Pre_AktifitasFisik	Correlation Coefficient	1.000	.982**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	14	14
	Post_AktifitasFisik	Correlation Coefficient	.982**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	14	14

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

HASIL UJI VALIDITAS

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	TOTAL
	Pearson Correlation	1	.652*	.674**	.624*	.526	.747**	.652*	.674**	.703**	.406	.703**	.923**
P1	Sig. (2-tailed)		.012	.008	.017	.053	.002	.012	.008	.005	.150	.005	.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.652*	1	.556*	.551*	.541*	.356	1.000**	.556*	.542*	.510	.542*	.688**
P2	Sig. (2-tailed)	.012		.039	.041	.046	.211	.000	.039	.045	.063	.045	.006
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.674**	.556*	1	.795**	.429	.867**	.556*	1.000**	.987**	.687**	.987**	.863**
P3	Sig. (2-tailed)	.008	.039		.001	.126	.000	.039	.000	.000	.007	.000	.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.624*	.551*	.795**	1	.806**	.710**	.551*	.795**	.729**	.899**	.729**	.856**
P4	Sig. (2-tailed)	.017	.041	.001		.001	.004	.041	.001	.003	.000	.003	.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.526	.541*	.429	.806**	1	.367	.541*	.429	.330	.850**	.330	.681**
P5	Sig. (2-tailed)	.053	.046	.126	.001		.197	.046	.126	.249	.000	.249	.007
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.747**	.356	.867**	.710**	.367	1	.356	.867**	.894**	.466	.894**	.853**
P6	Sig. (2-tailed)	.002	.211	.000	.004	.197		.211	.000	.000	.093	.000	.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.652*	1.000**	.556*	.551*	.541*	.356	1	.556*	.542*	.510	.542*	.688**
P7	Sig. (2-tailed)	.012	.000	.039	.041	.046	.211		.039	.045	.063	.045	.006
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.674**	.556*	1.000**	.795**	.429	.867**	.556*	1	.987**	.687**	.987**	.863**
P8	Sig. (2-tailed)	.008	.039	.000	.001	.126	.000	.039		.000	.007	.000	.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.703**	.542*	.987**	.729**	.330	.894**	.542*	.987**	1	.572*	1.000**	.853**
P9	Sig. (2-tailed)	.005	.045	.000	.003	.249	.000	.045	.000		.033	.000	.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.406	.510	.687**	.899**	.850**	.466	.510	.687**	.572*	1	.572*	.688**
P10	Sig. (2-tailed)	.150	.063	.007	.000	.000	.093	.063	.007	.033		.033	.007
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.703**	.542*	.987**	.729**	.330	.894**	.542*	.987**	1.000**	.572*	1	.853**
P11	Sig. (2-tailed)	.005	.045	.000	.003	.249	.000	.045	.000	.000	.033		.000
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
	Pearson Correlation	.923**	.688**	.863**	.856**	.681**	.853**	.688**	.863**	.853**	.688**	.853**	1
TOTAL	Sig. (2-tailed)	.000	.006	.000	.000	.007	.000	.006	.000	.000	.007	.000	
	N	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

HASIL UJI RELIABILITAS

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	14	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	14	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha		N of Items
.763		11

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
PANTI WALUYA MALANG

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Jalan Yulius Usman No. 62 Malang – 65117 Telp (0341) 369003 Fax. 368737
Email: lppmpantiwaluya@yahoo.com website: www.lppm.stikespantiwaluya.ac.id

SURAT TUGAS

009/VIII/2022/LPPM.STIKesPW

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ns. Berliany Venny Sipollo, S.Kep., MNS
Jabatan : Ketua LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang

Memberi tugas kepada:

Nama	: Ns. Monika Luhung, S. Kep., M. Kes	Sebagai Ketua
	Ns. Elizabeth Yun Yun Vinsur, M. Kep	Sebagai Anggota
	Eli LeaWidhia P., SST	Sebagai Anggota
Jabatan	: Dosen	
Institusi	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang	
Alamat	: Jl. Yulius Usman No. 62 Malang	

Untuk melaksanakan publikasi Luaran Penelitian periode Maret 2022 – Februari 2023 berupa Artikel dengan judul **"Latihan Range of Motion (ROM) Aktif pada Lansia"**di **Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan** Volume 19 Nomor 2 yang akan terbit pada bulan Desember 2022**.**

Demikian surat tugas ini dibuat, diharap untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Malang, 12 Agustus 2022
Yang memberi tugas

LEMBAGA PENELITIAN PENGABDIAN MASYARAKAT LPPM STIKes PANTI WALUYA MALANG

Ns. Berliany Venny Sipollo, S.Kep., MNS
NIDN. 0703089003

Lampiran 14. Laporan Keuangan

LAPORAN ANGGARAN PENELITIAN LKS-LU PANTI PANGESTI LAWANG MARET – AGUSTUS 2022

No	1. Honor						
	Honor	Honor/ Jam (Rp.)	Waktu (Jam/ Minggu)	Minggu		Honor/ Periode (Rp)	
	Ketua	Rp -				Rp	-
	Anggota I	Rp -				Rp	-
	Sub Total					Rp	-
	2. Bahan Habis Pakai dan Peralatan Penunjang						
	Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)		Biaya/ Periode (Rp)	
1	Konsumsi Kegiatan I	Konsumsi Kegiatan I	20	Rp	7.000	Rp	140.000
2	Konsumsi Kegiatan II	Konsumsi Kegiatan II	20	Rp	5.000	Rp	100.000
3	Konsumsi Kegiatan III	Konsumsi Kegiatan III	20	Rp	7.000	Rp	140.000
4	Konsumsi Kegiatan IV	Konsumsi Kegiatan IV	20	Rp	7.000	Rp	140.000
5	Fotokopi kuesioner	Kuesioner	100	Rp	200	Rp	20.000
6	Cetak Proposal	Proposal Penelitian	3	Rp	15.000	Rp	45.000
7	Cetak Hasil Laporan	Laporan Hasil	1	Rp	73.600	Rp	73.600
	Sub Total					Rp	658.600
	3. Biaya Perjalanan						
8	Transportasi I	Sewa Mobil Online	1	Rp	77.200	Rp	77.200
9	Transportasi II	Sewa Mobil Online	1	Rp	73.200	Rp	73.200
10	Transportasi III	Sewa Mobil	1	Rp	150.000	Rp	150.000
11	Transportasi IV	Sewa Mobil Online	1	Rp	91.000	Rp	91.000
	Sub Total					Rp	391.400
	4. Lain-lain						
12	Honor Analisa Statistik	Honor analisa statistik	1	Rp	500.000	Rp	500.000
13	Fee Lahan Penelitian	Fee Lahan Penelitian	1	Rp	300.000	Rp	300.000
14	Biaya Publikasi	Biaya Publikasi	1	Rp	750.000	Rp	750.000
15	Biaya pengurusanHAKI	Biaya pengurusan HAKI	1	Rp	400.000	Rp	400.000
16	Biaya Cetak Modul ISBN	Biaya Cetak Modul ISBN	1	Rp	1.000.000	Rp	1.000.000
	Sub Total					Rp	2.950.000
	Total					Rp	4.000.000

Mengetahui
Ketua LPPM

Ns. Berliany Venny Sipollo, S. Kep., MNS
NIDN: 0703089003

Malang, 10 Agustus 2022
Ketua Peneliti

Ns. Monika Luhung, S. kep., M. Kes
NIDN: 0715116501

Lampiran 15. Laporan Bukti Keuangan

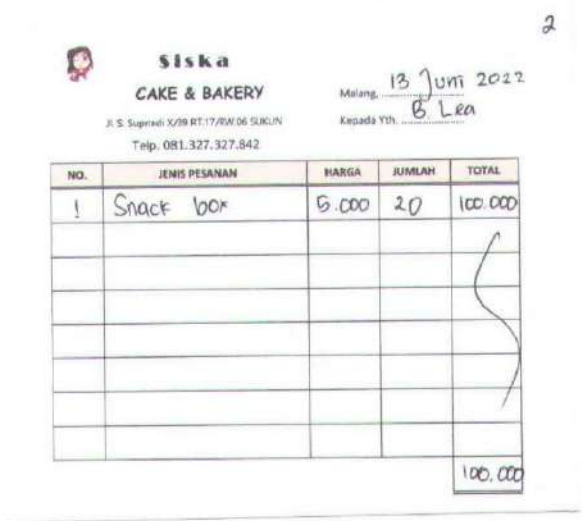


1

Siska
CAKE & BAKERY
Jl. S. Supriadi X/39 RT.17/RW.06 SUKUN
Telp. 081.327.327.842

Malang, 6 Juni 2022
Kepada Yth, B. Monika

NO.	JENIS PESANAN	HARGA	JUMLAH	TOTAL
1	Snack box	7.000	20	140.000
				140.000



2

Siska
CAKE & BAKERY
Jl. S. Supriadi X/39 RT.17/RW.06 SUKUN
Telp. 081.327.327.842

Malang, 13 Juni 2022
Kepada Yth, B. Lea

NO.	JENIS PESANAN	HARGA	JUMLAH	TOTAL
1	Snack box	5.000	20	100.000
				100.000

3

Siska

CAKE & BAKERY

Jl. S. Supriadi X/39 RT.17/RW.06 SUKUN

Telp. 081.327.327.842

Malang, 20 Juni 2022

Kepada Yth, B. Monika

NO.	JENIS PESANAN	HARGA	JUMLAH	TOTAL
1	Snack box	7.000	20	140.000
				140.000

4

Siska

CAKE & BAKERY

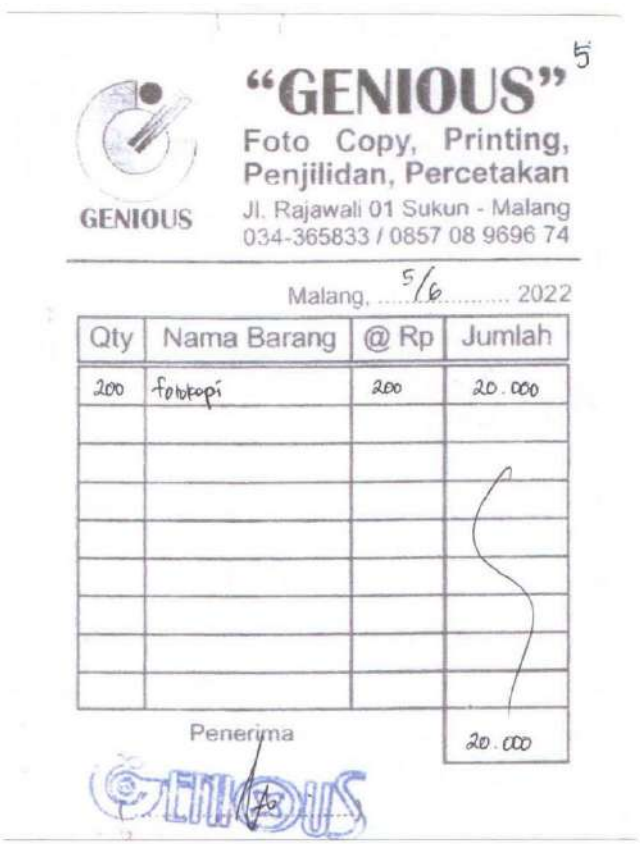
Jl. S. Supriadi X/39 RT.17/RW.06 SUKUN

Telp. 081.327.327.842

Malang, 27 Juni 2022

Kepada Yth, B. Monika.

NO.	JENIS PESANAN	HARGA	JUMLAH	TOTAL
1	Snack box	7.000	20	140.000
				140.000



GENIOUS

"GENIOUS"

Foto Copy, Printing, Penjilidan, Percetakan

Jl. Rajawali 01 Sukun - Malang
034-365833 / 0857 08 9696 74

Malang, 5/6 2022

Qty	Nama Barang	@ Rp	Jumlah
200	fotokopi	200	20.000
	Penerima		20.000



GENIOUS

"GENIOUS"

Foto Copy, Printing, Penjilidan, Percetakan

Jl. Rajawali 01 Sukun - Malang
034-365833 / 0857 08 9696 74

Malang, Maret 2022

Qty	Nama Barang	@ Rp	Jumlah
3	Jilid soft	8.000	24.000
105	fotokopi	200	21.000
	Penerima		45.000

KWITANSI

No : 10
Telah Terima Dari : LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Untuk Pembayaran : Sewa Kendaraan Kegiatan Penelitian
1 X Rp. 150.000,- = Rp. 150.000,-
Uang Sejumlah : Seratus Lima Puluh Ribu Rupiah

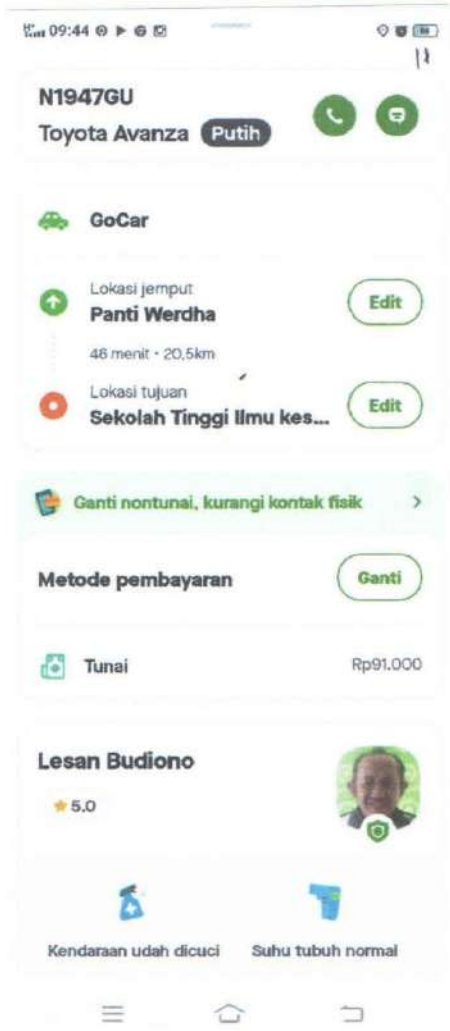
Rp. 150.000,-

Mengetahui
ketua LPPM

Berliany Venny Sipollo, MNS

Malang, 27 Juni 2022
Penerima

Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes



KWITANSI

No	: 12
Telah Terima Dari	: LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Untuk Pembayaran	: Honor Analisa Statistik
	1 X Rp. 500.000,- = Rp. 500.000,-
Uang Sejumlah	: Lima Ratus Ribu Rupiah

Rp. 500.000,-

Mengetahui
ketua LPPM

Berliany Venny Sipollo, MNS

Malang, 15 Juli 2022
Penerima

Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes

PANTI WERDHA PANGESTI
Jl. Sumber Mlaten No. 3 PO. BOX. 125
Telp. (0341) 427201, 426819
LAWANG

KWITANSI NO. 13

Sudah terima dari : STIKES Ibu Monika

Banyaknya Uang : Tiga ratus ribu rupiah

Untuk Pembayaran : penelitian Dosen

Lawang, 6-7-2022 20 ....

Terbilang Rp. 300.000

LKS-LU PANGESTI
Jl. Sumber Mlaten No.3
Lawang Malang

KWITANSI

No : 14
Telah Terima Dari : LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Untuk Pembayaran : Publikasi Ilmiah & Biaya Cetak
1 X Rp. 750.000,- = Rp. 750.000,-
Uang Sejumlah : Tujuh Ratus Lima Puluh Ribu Rupiah

Rp. 750.000,-

Mengetahui
ketua LPPM

Berliany Venny Sipollo, MNS

Malang, 15 Juli 2022
Penerima

Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes

KWITANSI

No : 15
Telah Terima Dari : LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Untuk Pembayaran : Biaya Pengurusan HAKI
1 X Rp. 400.000,- = Rp. 400.000,-
Uang Sejumlah : Empat Ratus Ribu Rupiah

Rp. 400.000,-

Mengetahui
ketua LPPM

Berliany Venny Sipollo, MNS

Malang, 15 Juli 2022
Penerima

Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes

KWITANSI

No : 16
Telah Terima Dari : LPPM STIKes Panti Waluya Malang
Untuk Pembayaran : Biaya Cetak Modul ISBN
1 X Rp. 1.000.000,- = Rp. 1.000.000,-
Uang Sejumlah : Satu Juta Rupiah

Rp. 1.000.000,-

Mengetahui
ketua LPPM

Berliany Venny Sipollo, MNS

Malang, 15 Juli 2022
Penerima

Ns. Monika Luhung, S.Kep., M.Kes