



Kemenkes
Poltekkes Tasikmalaya

SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *RANGE OF MOTION*
(ROM) AKTIF DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP TINGKAT
NYERI PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS PURBARATU**

INDY HUNafa

NIM. P2.06.20.32.5016

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN TASIKMALAYA
TAHUN 2025**





SKRIPSI

PENGARUH KOMBINASI LATIHAN *RANGE OF MOTION* (ROM) AKTIF DAN TERAPI DZIKIR TERHADAP TINGKAT NYERI PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PURBARATU

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Terapan Keperawatan

INDY HUNafa

NIM. P2.06.20.3.25.016

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS JURUSAN
KEPERAWATAN TASIKMALAYA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN TASIKMALAYA
TAHUN 2025**



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sholawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, berkat rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul: “Pengaruh Kombinasi Latihan *Range Of Motion* (Rom) Aktif Dan Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu”. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani, S. Kep, Ners, M. Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Kepala Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep, Ners, M.Kep, selaku Kepala Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Bapak Dudi Hartono, S,Kp, Ners, M.Kep, selaku pembimbing I yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, motivasi, serta koreksi yang sangat berarti selama proses penyusunan skripsi ini hingga dapat diselesaikan dengan baik.
5. Bapak Yanyan Bahtiar, S.Kp.,M.Kep, selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis dengan saran dan masukan selama penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.
6. Seluruh staff Pendidikan dan Dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
7. Orang tua tersayang Ibu Lulu Ummaknun dan Ayah Jaenudin serta Adikku Aqna Qonita Zen yang selalu memberikan dukungan serta mendo'akan penulis

di setiap saat, yang telah memberikan semangat dan motivasi dalam proses pendidikan serta dukungan mental, fisik, ekonomi, dan spiritual.

8. Pemilik nama Alfian Nurfadilah, yang selalu menemani penulis dalam proses pengerjaan skripsi ini yang berperan sebagai penyemangat dan pendengar keluh kesah hingga akhirnya skripsi ini selesai. Terima kasih atas segala bantuan, motivasi, dan dukungannya.
9. Sahabatku Fitriatunnisah, Dina Mardiana, Anisa Puji dan Ninda Latipah yang senantiasa memberikan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh rekan-rekan RPL STR Keperawatan Angkatan 1 yang berjuang bersama menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Akhir kata penulis berharap semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membimbing serta mengarahkan. Harapan penulis semoga Skripsi ini bisa memberikan manfaat untuk membangun pengembangan ilmu pengetahuan di masayang akan datang.

Tasikmalaya, 17 Desember 2025



Penulis

ABSTRAK

Pengaruh Kombinasi Latihan Range Of Motion (Rom) Aktif Dan Terapi Dzikir Terhadap Tingkat Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Purbaratu

Indy Hunafa, Dudi Hartono, Yanyan Bahtiar

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan & Pendidikan Profesi Ners

Lansia mengalami berbagai perubahan fisiologis akibat proses penuaan, salah satunya pada sistem muskuloskeletal yang sering menimbulkan osteoarthritis. Osteoarthritis merupakan penyakit sendi kronis yang ditandai dengan kerusakan tulang rawan dan menimbulkan nyeri berkepanjangan sehingga dapat menurunkan kemampuan fungsional dan kualitas hidup lansia. Upaya penatalaksanaan nyeri tidak hanya dilakukan secara farmakologis, tetapi juga dapat melalui intervensi nonfarmakologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi latihan Range of Motion (ROM) aktif dan terapi dzikir terhadap tingkat nyeri pada lansia dengan osteoarthritis. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan quasi experiment dengan rancangan pretest–posttest control group. Sampel penelitian berjumlah 58 lansia dengan osteoarthritis yang dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing sebanyak 29 responden dengan teknik simple random sampling. Tingkat nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test dan uji Two-Sample Kolmogorov–Smirnov. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bermakna tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi ($p < 0,05$) serta perbedaan distribusi tingkat nyeri pascaintervensi antara kelompok intervensi dan kontrol ($p = 0,001$). Kombinasi latihan ROM aktif dan terapi dzikir efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pada lansia dengan osteoarthritis.

Kata Kunci: Osteoarthritis; ROM; Terapi Dzikir; Tingkat Nyeri.

ABSTRACT

The Effect of a Combination of Active Range of Motion (ROM) Exercises and Dhikr Therapy on Pain Scale in Elderly People with Osteoarthritis in the Purbaratu Community Health Center Working Area

Indy Hunafa, Dudi Hartono, Yanyan Bahtiar

Applied Bachelor's Degree Program in Nursing & Professional Nursing Education

Older adults experience various physiological changes due to the aging process, one of which is in the musculoskeletal system, which often causes osteoarthritis. Osteoarthritis is a chronic joint disease characterized by cartilage damage and prolonged pain, which can reduce the functional ability and quality of life of older adults. Pain management efforts are not only carried out pharmacologically, but also through non-pharmacological interventions. This study aims to determine the effect of a combination of active Range of Motion (ROM) exercises and dzikir therapy on pain levels in elderly people with osteoarthritis. This study uses a quantitative design with a quasi-experimental approach and a pretest-posttest control group design. The study sample consisted of 58 elderly people with osteoarthritis, divided into an intervention group and a control group, each with 29 respondents, using simple random sampling. Pain levels were measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed-Rank Test and the Two-Sample Kolmogorov–Smirnov test. The results showed a significant difference in pain levels before and after the intervention in the intervention group ($p < 0.05$) and a difference in the distribution of pain levels after the intervention between the intervention and control groups ($p = 0.001$). The combination of active ROM exercises and dzikir therapy was effective in reducing pain levels in elderly people with osteoarthritis.

Keywords: Dzikir Therapy; Osteoarthritis; Pain level; ROM.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	ivi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Pustaka	9
1. Konsep Lanjut Usia	9
1.1 Pengertian Lanjut Usia.....	9
1.2 Klasifikasi Lansia	9
1.3 Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	10
2. Konsep Osteoarthritis.....	11
2.1 Pengertian Osteoarthritis.....	11
2.2 Klasifikasi Osteoarthritis	11
2.3 Etiologi Osteoarthritis.....	12
2.4 Manifestasi Klinis	12
2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Pada Osteoarthritis	13

2.6	Komplikasi Osteoarthritis	13
2.7	Penatalaksanaan Osteoarthritis	14
3.	Konsep Nyeri	15
3.1	Pengertian Nyeri	15
3.2	Klasifikasi Nyeri	15
3.3	Etiologi Nyeri	17
3.4	Patofisiologi Nyeri	18
3.5	Penatalaksanaan Nyeri	19
4.	Konsep <i>Range Of Motion</i> (ROM)	20
4.1	Pengertian ROM	20
4.2	Klasifikasi ROM	20
4.3	Tujuan Latihan ROM	21
4.4	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi ROM	21
4.5	Manfaat Latihan ROM	22
4.6	Mekanisme Latihan ROM Dalam Menurunkan Nyeri	22
4.7	Gerakan-Gerakan Latihan ROM	23
5.	Konsep Terapi Dzikir	25
5.1	Pengertian Terapi Dzikir	25
5.2	Klasifikasi Terapi Dzikir	25
5.3	Tujuan Terapi Dzikir	26
5.4	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terapi Dzikir	26
5.5	Manfaat Terapi Dzikir	27
5.6	Mekanisme Terapi Dzikir Dalam Menurunkan Nyeri	27
B.	Kerangka Teori	29
C.	Kerangka Konsep	30
D.	Hipotesis	31
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	32
A.	Jenis Desain Penelitian	32
B.	Populasi, Sampel dan Sampling	33
C.	Variabel Penelitian	35
D.	Definisi Operasional	35

E. Tempat Penelitian.....	36
F. Waktu Penelitian	37
G. Instrumen Penelitian.....	37
H. Prosedur Pengumpulan Data	37
I. Pengolahan Data.....	40
J. Analisa Data	41
K. Etika Penelitian	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan.....	49
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
D. Implikasi Penelitian.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN-LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1: Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3.1: Definisi Operasional	36
Tabel 4.1: Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin	45
Tabel 4.2: Tingkat nyeri sebelum intervensi.....	46
Tabel 4.3 Tingkat nyeri setelah intervensi	46
Tabel 4.4: Perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi (n=29)	47
Tabel 4.5: Perbedaan tingkat nyeri setelah intervensi antara kelompok intervensi dan kontrol (n ₁ =n ₂ =29).....	48

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1: Kerangka Teori	29
Bagan 2.2: Kerangka Konsep.....	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1: Gerakan ROM Lutut	23
Gambar 2.2: Gerakan ROM Pergelangan Kaki.....	24
Gambar 2.3: Gerakan ROM Kaki	24
Gambar 2.4: Gerakan ROM Jari Kaki.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Izin Studi Pendahuluan	69
Lampiran 2: Surat Balasan Izin Studi Pendahuluan.....	70
Lampiran 3: Surat Izin Penelitian	71
Lampiran 4: Surat Balasan Penelitian	72
Lampiran 5: Ethical Approval.....	73
Lampiran 6: Informed Consent	74
Lampiran 7: Penjelasan Sebelum Pelaksanaan (PSP).....	75
Lampiran 8: SOP Kombinasi ROM dan Terapi Dzikir.....	76
Lampiran 9: SOP Pelaksanaan Intervensi	79
Lampiran 10: Surat Persetujuan Expert Judgement	81
Lampiran 11: Instrumen Mengukur Tingkat Nyeri.....	82
Lampiran 12: Lembar Observasi NRS	83
Lampiran 13: Lembar Hasil Konsultasi Bimbingan	85
Lampiran 14: Hasil Analisa Data	88
Lampiran 15: Dokumentasi Penelitian.....	93
Lampiran 16: Hasil Cek Similarity	95
Lampiran 17: Lampiran Data Riwayat Hidup.....	96