

DAFTAR PUSTAKA

- Afdilla, N. A., Putra, K. F. M., Arsyad, N. N., Prasatia, D., & Chaniago, H. (2024). Gambaran derajat nyeri pada pasien osteoarthritis grade 1 dan 2 di RSUD Sayang Rakyat Makassar. *Wal'afiat Hospital Journal*, 5(2).
- Agustina, N. (2022). Skala Nyeri Pada Anak Usia Sekolah dan Remaja.
- Andriani, D., & Sari, Y. (2021). Hubungan nyeri sendi dengan mobilitas fisik pada lansia penderita osteoarthritis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(2), 85–92.
- Amalia, P. B., Astuti, D., & Widyastuti, R. (2023). Analisis Faktor Risiko Terjadinya Osteoarthritis. 4(2).
- Christina, Y., Utantyo, N. R., & Rahman, F. A. (2025). Hubungan Mobilitas Fisik Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Mt Husnul Khotimah Tahun 2024. 15(2), 158–165.
- Dakin, S. G., & Price, A. J. (2023). Osteoarthritis: A narrative review of molecular approaches to disease management. *Rheumatology Advances in Practice*.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, D. (2024). Profil Dinkes 2024.
- Fatmawati, V., & Linawati, S. L. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Osteoarthritis Knee Di Pimpinan Cabang Aisyiyah Pajangan, Bantul. 02.
- Hartana, pande made yosira, Saraswati, N. luh putu gita karunia, Utama, anak agung gede eka septian, & Kamayoga, dewa gede alit. (2024). *Validation of the Indonesian version of Western Ontario and McMaster Universities osteoarthritis index in pre-elderly and elderly with osteoarthritis*. 5(2), 164–170. <https://doi.org/10.51559/ptji.v5i2.215>
- Heryanah, & Kadir. (2023). Causes of Differences in Aging Period Between Provinces in Indonesia: Analysis Using Panel Data and Logistic Regressions. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 12(1), 100–111. <https://doi.org/10.20473/jbk.v12i1.2023.100-111>
- Hidayana, A. S., Yanto, A., Hartiti, T., & Pohan, V. Y. (2024). *Assessing Independence in Instrumental Activities of Daily Living (IADL) Among Elderly Patients with Knee Osteoarthritis : A Study at the Geriatric Clinic*. 18. <https://doi.org/10.26714/mki.7.4.2024.335-342>
- Jenei-lanzl, Z., & Zaucke, F. (2025). Osteoarthritis year in review 2024 : Biology. *Osteoarthritis and Cartilage*, 33(1), 58–66. <https://doi.org/10.1016/j.joca.2024.10.008>
- Juliastuti, & Grafita, L. (2021). Edukasi penanganan pencegahan nyeri lutut dengan latihan hold relax di desa padang tepong kecamatan ulu musi kabupaten empat

lawang 1,2. 3, 403–408.

- Karpinski, R., Prus, A., Baj, J., Radej, S., Prządka, M., Krakowski, P., & Jonak, K. (2025). *Articular Cartilage : Structure , Biomechanics , and the Potential of Conventional and Advanced Diagnostics*. 1–56.
- Kholisotin, K., Hasanah, I., & Qanitah, N. N. (2021). Pengaruh Senam Ergonomic Terhadap Intensitas Nyeri Osteoarthritis Lutut Pada Lansia Di Kecamatan Wonoasih Kota Probolinggo. 6(2), 77–80.
- Komala, Widia, D., Novitasari, D., Sugiharti, R. K., & Awaludin, S. (2021). *Jurnal Keperawatan Malang Volume 6 , No . 2 , Desember 2021 Available Online at <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/>* Mini-Mental State Examination Untuk Mengkaji Fungsi Kognitif Lansia Mini-Mental State Examination To Assess Cognitive Function In Elder. 6(2), 95–107.
- Li, R., Che, B., Xiao, W., Shu, J., Ma, X., Wang, Y., Nie, P., & Wang, Y. (2025). *Association between multimorbidity patterns and activities of daily living function among older adults in China : a longitudinal population-based cohort study*.
- Lisnawati, I. (2023). *Shortm Portable Mental Status Questionnaire (Spmsq) In The Elderly In The Working UPT area of Sungai Tabuk 3 Community Health Center Banjar District I*. 5(1), 1–7.
- Malik, N. A. (2020). *Revised definition of pain by ‘ International Association for the Study of Pain ’ : Concepts , challenges and compromises*. 24(October), 481–483. <https://doi.org/10.35975/apic.v24i5.1352>
- Nikmah, B. K., Fariz, A., Kusuma, W. T., & Sartoyo, S. (2023). *Pengaruh Latihan Isometric Quadriceps Terhadap Penurunan Nyeri Lutut Pada Pasien Osteoarthritis Knee Bilateral Di RS Wawa Husada Kepanjen Binti*. 8(1).
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Pan, Y., Thiamwong, L., & Xie, R. (2024). *The Effects of Nurse Driven Mobility Intervention (NDMI) on Activities of Daily Living, Mobility, Fear of Falling, and Balance Performance in Hospitalized Older Patients: A pilot study*. 193–198. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2022.12.006>.The
- Pendit, S. A., & Reti, H. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Berulang Pada Pasien Lansia Dengan Osteoarthritis Di Poli Geriatri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 2(2), 287–298. <https://doi.org/10.58901/jikp.v12i2.519>
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Hall, A. (2021). *Fundamentals of Nursing* (11 edition). Elsevier Health Sciences. https://books.google.co.id/books/about/Fundamentals_of_Nursing_E_Book.html?id=tfpVEAAQBAJ&redir_esc=y
- Primayanthi, A. ayu emi, Gayatri, D., & Rahma, L. O. A. (2023). *Manajemen nyeri*

berbasis digital pada pasien dengan penyakit kronis. 5, 2293–2301.

- Rahmani, Y. S., Wardoyo, E., Sugiarti, S., & Hardono, H. (2024). *Pengaruh Latihan Range Of Motion (Rom) Aktif Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Wilayah Puskesmas Kaliasin Lampung Selatan*. 6, 40–46.
- Rathnayake, N., Karunadasa, R., Abeygunasekara, T., & Zoysa, W. De. (2023). Dialogues in Health Katz index of activities of daily living in assessing functional status of older people : Reliability and validity of Sinhala version. *Dialogues in Health*, 2(December 2022), 100134. <https://doi.org/10.1016/j.dialog.2023.100134>
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018. *Journal of Food and Nutrition Research*, 2(12), 1029–1036. <https://doi.org/10.12691/jfnr-2-12-26>
- Rusmini, R., Ningsih, mira utami, Emiliyani, D., Adha, M., Atmaja, hadi kusuma, & Puja, G. sri. (2021). Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Nyeri Sendi Pada Lansia Yang Mengalami Osteoarthritis Di BSLU Mandalika NTB. 3(2), 13–19.
- Sabila, F., Irfana, L., & Wirashada, B. C. (2024). Hubungan Jenis Nyeri dengan Tingkat Keparahan Osteoarthritis pada Pasien Osteoarthritis Lutut Tahun 2023 di Rumah Sakit Siti Khodijah Sepanjang. 100–107.
- Sarumi, R., Alwy, M. K., & Arman. (2021). Hubungan antara Fungsi Keluarga dengan Metode APGAR terhadap Kualitas Hidup Lansia *The Relationship between Family Functions and the APGAR Method on the Quality of Life of the Elderly Politeknik Karya Persada Muna , 2 Universitas Muslim Indonesia Makassar*. 4(1), 62–71. <https://doi.org/10.36566/mjph/Vol4.Iss1/217>
- Sholika, I., & Syah'diyah, H. (2021). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny R Dengan Diagnosa Medis Osteoarthritis Di Desa Kitri Raya Kelurahan Gending Gresik.
- Sulistiyawati, A., & Pratama, O. (2025). Implementasi Self-Hypnosis Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dan Tingkat Kecemasan Lansia Penderita Osteoarthritis Di Kelurahan Babakan Surabaya. 46–57.
- Suwandewi, A., Baihaqi, M. F., Maulida, M. H., Maryam, M., & Sonia, S. (2024). Penerapan Barthel Index Terhadap Tingkat Kemandirian Aktivitas Harian Lansia Jamaah Lansia Masjid KH. Ahmad Dahlan Banjarmasin. 4(1).
- Swandari, A., Siwi, K., Putri, F., Waritsu, C., & Abdullah, K. (2022). Buku Ajar Terapi Latihan Pada Osteoarthritis Lutut.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Edisi 1: Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Edisi 1: Jakarta: DPP PPNI.

- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Edisi 1: Jakarta: DPP PPNI.
- Wahyuni, A., Saferi, I., Hidayati, prema hapsari, Buraena, S., & Mokhtar, S. (2024). Karakteristik Osteoarthritis Genu pada Lansia yang Mendapatkan Rehabilitasi Medik di RSUD Hajjah Andi Depu Astri. *04(01)*.
- Wahyuni, E. T., Susilowati, T., & Imamah, I. N. (2021). Kebutuuh Tidur Dengan Aktivitas Fisik Pada Lansia. *5(2)*.
- Wang, Z., Xiao, Z., Sun, C., Xu, G., & He, J. (2024). Global, regional and national burden of osteoarthritis in 1990–2021: a systematic analysis of the global burden of disease study 2021. *BMC Musculoskeletal Disorders*, *25(1)*. <https://doi.org/10.1186/s12891-024-08122-5>
- Xi, J. Y., Liang, B. H., Zhang, W. J., Yan, B., Dong, H., Chen, Y. Y., Lin, X., Gu, J., & Hao, Y. T. (2025). Effects of population aging on quality of life and disease burden: a population-based study. *Global Health Research and Policy*, *10(1)*. <https://doi.org/10.1186/s41256-024-00393-8>
- Zakiya, A. (2015). Nyeri : Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti. In *Salemba Medika-Jakarta*.



LAMPIRAN



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1

Lampiran 1

INFORMED CONSENT DAN PENJELASAN PENELITIAN

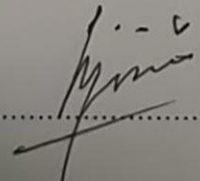
Dengan hormat, Bapak/Ibu diminta untuk berpartisipasi dalam penelitian ini yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri pada Lansia Osteoarthritis dengan Gangguan Mobilitas Fisik di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026.”** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia dengan Osteoarthritis yang mengalami gangguan mobilitas fisik. Peneliti akan memberikan penjelasan mengenai penelitian ini dan lembar persetujuan, serta menegaskan bahwa keterlibatan Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela. Penelitian ini dilakukan oleh saya, **Alen Efrizal**, mahasiswa Jurusan Keperawatan Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang beralamat di Desa Pagar Gading, Kecamatan Pinoraya, Kabupaten Bengkulu Selatan, Bengkulu, dan dapat dihubungi melalui nomor **082218789442**. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners (Ns).

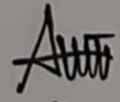
Selama penelitian, Bapak/Ibu akan mendapatkan asuhan keperawatan berupa manajemen nyeri. Peneliti menjamin kerahasiaan identitas responden dan seluruh data hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Keikutsertaan dalam penelitian ini diharapkan memberikan manfaat berupa penurunan nyeri, peningkatan mobilitas fisik, serta penambahan pengetahuan tentang asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia dengan Osteoarthritis. Partisipasi Bapak/Ibu bersifat sukarela dan dapat dihentikan kapan saja tanpa memengaruhi pelayanan kesehatan yang diterima. Penelitian ini tidak memberikan kompensasi berupa uang atau hadiah, namun responden tetap memperoleh asuhan keperawatan sesuai kebutuhan selama penelitian berlangsung.

Bengkulu, 04 Februari 2026

Responden

Peneliti

(.....
)

(.....

Alen Efrizal.....)

Lampiran 1

**INFORMED CONSENT DAN
PENJELASAN PENELITIAN**

Dengan hormat, Bapak/Ibu diminta untuk berpartisipasi dalam penelitian ini yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri pada Lansia Osteoarthritis dengan Gangguan Mobilitas Fisik di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026.”** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia dengan Osteoarthritis yang mengalami gangguan mobilitas fisik. Peneliti akan memberikan penjelasan mengenai penelitian ini dan lembar persetujuan, serta menegaskan bahwa keterlibatan Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela. Penelitian ini dilakukan oleh saya, **Alen Efrizal**, mahasiswa Jurusan Keperawatan Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang beralamat di Desa Pagar Gading, Kecamatan Pinoraya, Kabupaten Bengkulu Selatan, Bengkulu, dan dapat dihubungi melalui nomor **082218789442**. Penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar **Ners (Ns)**.

Selama penelitian, Bapak/Ibu akan mendapatkan asuhan keperawatan berupa manajemen nyeri. Peneliti menjamin kerahasiaan identitas responden dan seluruh data hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Keikutsertaan dalam penelitian ini diharapkan memberikan manfaat berupa penurunan nyeri, peningkatan mobilitas fisik, serta penambahan pengetahuan tentang asuhan keperawatan manajemen nyeri pada lansia dengan Osteoarthritis. Partisipasi Bapak/Ibu bersifat sukarela dan dapat dihentikan kapan saja tanpa memengaruhi pelayanan kesehatan yang diterima. Penelitian ini tidak memberikan kompensasi berupa uang atau hadiah, namun responden tetap memperoleh asuhan keperawatan sesuai kebutuhan selama penelitian berlangsung.

Bengkulu, 04 Februari 2026

Responden

Peneliti

(.....)

(.....
Alen Efrizal.....)

Lampiran 2

Lampiran 2

SURAT PERMOHONAN RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Bengkulu:

Nama : Alen Efrizal

NIM : P01720425002

Saya akan melakukan penelitian yang berjudul "Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, Tahun 2026"

Sehubungan dengan maksud tersebut, maka dengan kerendahan hati saya mohon partisipasi Saudara/Ibu untuk menjadi responden penelitian ini. Data yang diperoleh dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, tenaga kesehatan, dan institusi pendidikan. Informasi tentang data yang diperoleh akan dijamin kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk data penelitian. Demikian permohonan ini, atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,



Alen Efrizal

Lampiran 3

Lampiran 3

**SURAT PERSETUJUAN
RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini setelah mendengar penjelasan tentang tujuan, manfaat, dan konsekuensi dari penelitian menyatakan bersedia menjadi responden atas penelitian yang dilakukan oleh:

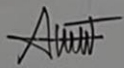
Nama : Alen Efrizal
Nim : P01720425002
No. Telpn : 082218789442
Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, Tahun 2026

Saya memahami bahwa data yang dihasilkan merupakan rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan pengembangan ilmu keperawatan dan tidak merugikan bagi saya.

Saksi/Peneliti

Bengkulu, 04 Februari 2026

Responden


(... Alen Efrizal ...)


(.....)

Lampiran 3

**SURAT PERSETUJUAN
RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini setelah mendengar penjelasan tentang tujuan, manfaat, dan konsekuensi dari penelitian menyatakan bersedia menjadi responden atas penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Alen Efrizal
Nim : P01720425002
No. Telpn : 082218789442
Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, Tahun 2026

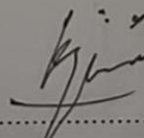
Saya memahami bahwa data yang dihasilkan merupakan rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan pengembangan ilmu keperawatan dan tidak merugikan bagi saya.

Bengkulu, 04 Februari 2026

Saksi/Peneliti

Responden


(..... Alen Efrizal)


(.....)

Lampiran 4

Lampiran 4

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

A. DATA DEMOGRAFI

Nama : W. Dahidh
 Usia : 69 Tahun
 Jenis Kelamin : Laki-Laki
 Pekerjaan : IRT
 Alamat : RT 30 Sawah Lepar Baru

B. INSTRUMEN WOMAC

Silakan pilih tiap kategori sesuai dengan skala kesulitan yang di rasakan dalam aktivitas.

- 0 : Tidak ada nyeri
 1 : Nyeri ringan
 2 : Nyeri sedang
 3 : Nyeri Berat
 4 : Sangat Nyeri

Lingkari satu angka pada setiap aktivitas dibawah ini

Nyeri	1. Berjalan	0	1	2	3	4
	2. Menaiki tangga	0	1	2	3	4
	3. Pada malam hari	0	1	2	3	4
	4. Saat istirahat	0	1	2	3	4
	5. Membawa beban	0	1	2	3	4
Kekakuan	1. Kekakuan di pagi hari	0	1	2	3	4
	2. Kekakuan yang terjadi di kemudian hari	0	1	2	3	4

Fungsi Fisik	1. Menuruni tangga	0	1	2	③	4
	2. Menaiki tangga	0	1	②	3	4
	3. Berdiri dari duduk	0	1	②	3	4
	4. Berdiri	0	1	2	③	4
	5. Berbelok ke lantai	0	1	②	3	4
	6. Berjalan di atas permukaan yang datar	0	1	②	3	4
	7. Masuk atau keluar mobil	0	1	2	③	4
	8. Pergi berbelanja	0	1	②	3	4
	9. Menaruh kaos kaki	0	1	2	③	4
	10. Berbaring di tempat tidur	0	1	③	3	4
	11. Membuka/mengambil kaos kaki	0	1	②	3	4
	12. Bangkit dari tempat tidur	0	1	②	3	4
	13. Masuk/keluar bak tempat mandi	0	1	②	3	4
	14. Duduk	0	1	②	3	4
	15. Keluar/masuk toilet	0	1	②	3	4
	16. Melakukan tugas rumah tangga ringan	0	1	②	3	4
	17. Melakukan tugas rumah tangga berat	0	1	②	3	4

INTERPRESTASI NILAI WOMAC

Jenis pemeriksaan	Total Skor	Keterangan
Nyeri	0	Minimum
	20	Maksimum
Kekakuan	0	Minimum
	8	Maksimum
Fungsi Fisik	0	Minimum
	68	Maksimum
Total	96	Maksimum Skor

Handwritten annotations on the right side of the table:

- For Nyeri: 0 to 20 is bracketed with "12".
- For Kekakuan: 0 to 8 is bracketed with "5".
- For Fungsi Fisik: 0 to 68 is bracketed with "37".
- A horizontal line is drawn under the "Maksimum Skor" row (96), with "54" written below it.

INTERPRESTASI TOTAL SKOR WOMAC

Total Skor WOMAC	Interprestasi
0-24	Ringan
24-48	Sedang
48-72	Berat
72-96	Sangat berat

Lampiran 4

LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

A. DATA DEMOGRAFI

Nama : M.Y. Junaid
 Usia : 65 Th
 Jenis Kelamin : Laki Laki
 Pekerjaan : Pensiunan / Tani
 Alamat : Jl Sempati Rt 30 Sawah Laban Baru

B. INSTRUMEN WOMAC

Silakan pilih stiap kategori sesuai dengan skala kesulitan yang di rasakan dalam aktivitas.

- 0 : Tidak ada nyeri
 1 : Nyeri ringan
 2 : Nyeri sedang
 3 : Nyeri Berat
 4 : Sangat Nyeri

Lingkari satu angka pada setiap aktivitas dibawah ini

Nyeri	1. Berjalan	0	1	2	3	4
	2. Menaiki tangga	0	1	2	3	4
	3. Pada malam hari	0	1	2	3	4
	4. Saat istirahat	0	1	2	3	4
	5. Membawa beban	0	1	2	3	4
Kekakuan	1. Kekakuan di pagi hari	0	1	2	3	4
	2. Kekakuan yang terjadi di kemudian hari	0	1	2	3	4

Fungsi Fisik	1. Menuruni tangga	0	1	2	3	4
	2. Menaiki tangga	0	1	2	3	4
	3. Berdiri dari duduk	0	1	2	3	4
	4. Berdiri	0	1	2	3	4
	5. Berbelok ke lantai	0	1	2	3	4
	6. Berjalan di atas permukaan yang datar	0	1	2	3	4
	7. Masuk atau keluar mobil	0	1	2	3	4
	8. Pergi berbelanja	0	1	2	3	4
	9. Menaruh kaos kaki	0	1	2	3	4
	10. Berbaring di tempat tidur	0	1	2	3	4
	11. Membuka/mengambil kaos kaki	0	1	2	3	4
	12. Bangkit dari tempat tidur	0	1	2	3	4
	13. Masuk/keluar bak tempat mandi	0	1	2	3	4
	14. Duduk	0	1	2	3	4
	15. Keluar/masuk toilet	0	1	2	3	4
	16. Melakukan tugas rumah tangga ringan	0	1	2	3	4
	17. Melakukan tugas rumah tangga berat	0	1	2	3	4

INTERPRESTASI NILAI WOMAC

Jenis pemeriksaan	Total Scor	Keterangan
Nyeri	0	Minimum
	20	Maksimum
Kekakuan	0	Minimum
	8	Maksimum
Fungsi Fisik	0	Minimum
	68	Maksimum
Total	96	Maksimum Skor

11
 4
 35
 50

INTERPRESTASI TOTAL SKOR WOMAC

Total Skor WOMAC	Interprestasi
0-24	Ringan
24-48	Sedang
48-72	Berat
72-96	Sangat berat

Lampiran 5

Lampiran 5

LEMBAR OBSERVASI IMPLEMENTASI

A. Identitas Responden

Nama : Tn.D
 Umur : 69 Tahun
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Alamat : Jl. Sapakat, kal. Samah labor baru

B. Observasi Western Ontario And McMaster Universitas Osteoarthritis Index (WOMAC)

NO	KODE RESPONDEN	WOMAC			
		PRE		POST	
		Tanggal	Hasil	Tanggal	Hasil
1.	Tn.D	02-02-2026	54	02-02-2026	50
2.	Tn.D	03-02-2026	49	03-02-2026	44
3.	Tn.D	04-02-2026	44	04-02-2026	38
4.	Tn.D	05-02-2026	38	05-02-2026	33
5.	Tn.D	06-02-2026	32	06-02-2026	27
6.	Tn.D	07-02-2026	27	07-02-2026	22

LEMBAR OBSERVASI IMPLEMENTASI

A. Identitas Responden

Nama : N.Y.J
 Umur : 65 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Alamat : Jl. Satekal, Kai Suwadi Labor Baru

B. Observasi *Western Ontario And McMaster Universitas Osteoarthritis Index* (WOMAC)

NO	KODE RESPONDEN	WOMAC			
		PRE		POST	
		Tanggal	Hasil	Tanggal	Hasil
1.	N.Y.J	02-02-2026	50	02-02-2026	47
2.	N.Y.J	03-02-2026	47	03-02-2026	40
3.	N.Y.J	04-02-2026	39	04-02-2026	33
4.	N.Y.J	05-02-2026	33	05-02-2026	27
5.	N.Y.J	06-02-2026	27	06-02-2026	23
6.	N.Y.J	07-02-2026	23	07-02-2026	19

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
ISOMETRIC QUADRICEPS**

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR ISOMETRIC QUADRICEPS
PENGERTIAN	Isometric Quadriceps merupakan latihan statis yang dilakukan dengan mengontraksikan otot quadriceps tanpa disertai pergerakan sendi lutut. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot paha depan, mempertahankan stabilitas sendi lutut, serta mengurangi tekanan pada kartilago sendi. Isometric quadriceps bermanfaat dalam menurunkan nyeri, meningkatkan fungsi sendi, mencegah atrofi otot, serta membantu meningkatkan kemampuan mobilisasi pada pasien osteoarthritis lutut.
TUJUAN	A. Menurunkan intensitas nyeri lutut B. Meningkatkan kekuatan otot quadriceps C. Mempertahankan dan meningkatkan stabilitas sendi lutut D. Mencegah kekakuan dan atrofi otot E. Meningkatkan kemampuan mobilisasi dan kemandirian pasien F. Memberikan rasa nyaman dan meningkatkan kualitas hidup pasien
PRA	A. TAHAP ORIENTASI 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri dan menanyakan nama pasien 3. Menjelaskan tujuan tindakan 4. Menjelaskan prosedur latihan isometric quadriceps 5. Menyampaikan kontrak waktu tindakan 6. Memvalidasi kesiapan dan kondisi pasien B. FASE KERJA 1. Menjaga privasi pasien 2. Mencuci tangan 3. Mengatur posisi pasien senyaman mungkin (posisi terlentang atau duduk dengan tungkai lurus)

	4. Pastikan lutut dalam posisi ekstensi dan rileks  5. Anjurkan pasien untuk menegangkan otot paha depan (quadriceps) dengan menekan bagian belakang lutut ke arah alas tempat tidur  6. Tahan kontraksi selama $\pm 5-10$ detik 7. Anjurkan pasien untuk melepaskan kontraksi dan rileks selama $\pm 10-20$ detik 8. Ulangi latihan sebanyak 5–10 kali sesuai toleransi pasien 9. Anjurkan pasien bernapas teratur selama latihan 10. Observasi respon pasien selama latihan (nyeri, kelelahan, ketidaknyamanan)
TERMINASI	1. Menghentikan latihan dan membantu pasien pada posisi nyaman 2. Menganjurkan pasien untuk rileks 3. Mencuci tangan 4. Mengobservasi respon pasien setelah tindakan 5. Mendokumentasikan hasil tindakan dan respon pasien
REFRENSI	Nikmah <i>et al.</i> , (2023)

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
KOMPRES HANGAT JAHE MERAH**

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR KOMPRES HANGAT JAHE MERAH
PENGERTIAN	Kompres hangat jahe merah merupakan terapi nonfarmakologis yang menggunakan jahe merah sebagai sumber panas alami untuk membantu menurunkan nyeri sendi. Jahe merah mengandung senyawa aktif seperti gingerol dan shogaol yang bersifat antiinflamasi dan analgesik. Pemberian kompres hangat jahe merah bertujuan meningkatkan aliran darah lokal, mengurangi kekakuan dan peradangan sendi, serta memberikan efek relaksasi sehingga membantu menurunkan nyeri dan meningkatkan kenyamanan pada pasien osteoarthritis lutut.
TUJUAN	A. Menurunkan intensitas nyeri sendi pada pasien osteoarthritis B. Mengurangi kekakuan dan inflamasi sendi C. Meningkatkan sirkulasi darah di area sendi D. Memberikan efek relaksasi dan rasa nyaman E. Meningkatkan kemampuan mobilisasi dan aktivitas fungsional pasien F. Meningkatkan kualitas hidup pasien osteoarthritis
PRA	A. TAHAP ORIENTASI 1. Mengucapkan salam kepada pasien 2. Memperkenalkan diri dan memverifikasi identitas pasien 3. Menjelaskan tujuan tindakan kompres hangat jahe merah 4. Menjelaskan prosedur, manfaat, dan sensasi yang akan dirasakan pasien 5. Menyampaikan kontrak waktu tindakan ($\pm 15-20$ menit) 6. Mengkaji kondisi pasien: • Lokasi dan intensitas nyeri

	• Integritas kulit pada area yang akan dikompres • Riwayat alergi terhadap jahe 7. Memvalidasi kesiapan pasien B. FASE KERJA 8. Menjaga privasi pasien 9. Mencuci tangan sesuai prosedur 10. Menyiapkan alat dan bahan: • Jahe merah $\pm 2-3$ ruas • Air hangat suhu $\pm 40-45^{\circ}\text{C}$ • Waslap/kain bersih • Baskom • Handuk kering 11. Mememarkan atau menghaluskan jahe merah 12. Merendam jahe merah dalam air hangat selama ± 5 menit 13. Mencilupkan waslap ke dalam air jahe hangat, kemudian memeras secukupnya 14. Mengatur posisi pasien senyaman mungkin dengan sendi yang nyeri mudah dijangkau 15. Mengaplikasikan kompres hangat jahe merah pada area sendi yang nyeri  16. Mempertahankan suhu kompres tetap hangat dan nyaman 17. Melakukan kompres selama $\pm 15-20$ menit 18. Mengganti kompres jika suhu menurun 19. Menganjurkan pasien bernapas rileks selama tindakan 20. Mengobservasi respon pasien: • Penurunan nyeri • Kemerahan berlebih • Rasa panas berlebihan atau ketidaknyamanan
TERMINASI	6. Menghentikan latihan dan membantu pasien pada posisi nyaman 7. Menganjurkan pasien untuk rileks

	8. Mencuci tangan 9. Mengobservasi respon pasien setelah tindakan 10. Mendokumentasikan hasil tindakan dan respon pasien
REFRENSI	Rusmini <i>et al.</i> , (2021)



**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
SENAM ERGONOMIC**

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR SENAM ERGONOMIC
PENGERTIAN	Senam ergonomik pada pasien osteoarthritis merupakan bentuk latihan fisik ringan yang dilakukan secara sistematis dengan mengombinasikan gerakan tubuh, pernapasan, dan postur ergonomis. Senam ini bertujuan untuk meningkatkan fleksibilitas sendi, kekuatan otot, keseimbangan tubuh, serta memperbaiki sirkulasi darah tanpa memberikan tekanan berlebih pada sendi. Senam ergonomik bermanfaat dalam mengurangi nyeri, kekakuan sendi, serta meningkatkan kemampuan fungsional dan kualitas hidup pasien osteoarthritis.
TUJUAN	A. Menurunkan intensitas nyeri sendi B. Mengurangi kekakuan dan keterbatasan gerak sendi C. Meningkatkan fleksibilitas dan kekuatan otot D. Memperbaiki postur dan keseimbangan tubuh E. Meningkatkan sirkulasi darah dan oksigenasi jaringan F. Meningkatkan kemampuan aktivitas sehari-hari
PRA	A. TAHAP ORIENTASI 1. Mengucapkan salam kepada pasien 2. Memperkenalkan diri dan memverifikasi identitas pasien 3. Menjelaskan tujuan dan manfaat senam ergonomik 4. Menjelaskan prosedur dan tahapan gerakan senam ergonomik 5. Menyampaikan kontrak waktu tindakan ($\pm 10-20$ menit)

6. Mengkaji kondisi pasien:

- Tingkat nyeri dan kekakuan sendi
- Rentang gerak sendi
- Kemampuan fisik dan toleransi aktivitas

7. Memvalidasi kesiapan dan persetujuan pasien

B. FASE KERJA

1. Menjaga privasi dan keamanan pasien

2. Mencuci tangan

3. Menyiapkan lingkungan yang aman dan nyaman

4. Menganjurkan pasien menggunakan pakaian yang nyaman

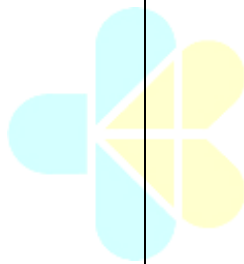
5. Mengatur posisi awal pasien (duduk atau berdiri sesuai kemampuan)

6. Membimbing pasien melakukan senam ergonomik yang meliputi:

- Lapang dada: Pasien berdiri atau duduk tegak dengan punggung lurus, kemudian mengangkat kedua tangan ke atas dan ke samping sambil bertumpu pada ujung kaki (berjinjit). Selanjutnya, pasien menghembuskan napas secara perlahan sambil menurunkan kedua tangan ke samping badan dan kembali ke posisi semula.



- Tunduk Syukur: Pasien berdiri tegak, kemudian menarik napas dalam. Selanjutnya, pasien membungkukkan badan ke depan secara perlahan hingga kedua tangan memegang pergelangan kaki bila mampu, dengan posisi wajah menengadah. Setelah itu, pasien menghembuskan napas secara perlahan sambil kembali ke posisi berdiri tegak.
- Duduk perkasa: Pasien duduk dengan posisi tegak dan kedua tangan diletakkan di atas paha. Pasien kemudian menarik napas dalam, lalu membungkukkan badan ke depan secara perlahan tanpa mengangkat atau menonjolkan bokong. Posisi wajah menghadah, kemudian tubuh



enkes
kes Bengkulu

dikembalikan ke posisi semula dalam keadaan rileks.



- Sujud Syukur: Pasien duduk dengan posisi tegak, kemudian menggenggam pergelangan kaki. Selanjutnya pasien menarik napas dalam, lalu membungkukkan badan ke depan secara perlahan hingga terasa tarikan pada punggung, dengan posisi wajah menghadah. Setelah itu, pasien

	menghembuskan napas secara perlahan sambil kembali ke posisi duduk semula. • Berbaring pasrah: Pasien berbaring telentang dengan kedua tangan diluruskan ke atas kepala. Pasien kemudian merasakan peregangan pada seluruh tubuh sambil memperhatikan aliran napas yang masuk dan keluar secara perlahan dan teratur.  7. Melakukan setiap gerakan secara perlahan dan terkontrol 8. Mengulang setiap gerakan 3–5 kali sesuai toleransi pasien 9. Menganjurkan pasien untuk tidak memaksakan gerakan bila timbul nyeri 10. Mengobservasi respon pasien selama senam: • Nyeri • Kelelahan • Pusing atau sesak 11. Memberikan istirahat singkat bila diperlukan
TERMINASI	1. Mengakhiri sesi senam ergonomik 2. Menganjurkan pasien untuk rileks dan bernapas normal 3. Membantu pasien kembali ke posisi nyaman 4. Mencuci tangan 5. Mengevaluasi respon pasien setelah senam: • Penurunan nyeri • Peningkatan kelenturan sendi

	6. Menganjurkan pasien melakukan senam secara rutin sesuai anjuran 7. Mendokumentasikan hasil tindakan dan respon pasien
REFRENSI	Kholisotin <i>et al.</i> , (2021),



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 9

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

Nomor :
Perihal : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 862 /2026
: Izin Penelitian

28 Januari 2026

Yth,
Kepala Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama : Alen Efrizal
NIM : P01720425002
Tempat Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : 02-07 Februari
Judul : Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
No Handphone : 082218789442

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur I Bidang Akademik


Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd





PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR



Jl. Sepakat RT 18 Kelurahan Sawah Lebar Baru Telp. (0736) 28360
 Email : pkmsawahlebar@gmail.com

LEMBAR DISPOSISI

Surat dari : Dinas Kesehatan Kota Bengkulu	Diterima Tgl : 02 Februari 2016
No. Surat : 000.9.2/265/D.Kes/2016	No. Agenda :
Tgl. Surat : Februari 2016	Sifat : ☐ Sangat segera ☒ Segera ☐ Rahasia

Perihal : Rekomendasi Izin Penelitian An. Alen Egrital

Diteruskan kepada sdr :
☒ Ns. Umiati Priganti, S.Kep.
☒ Ran Efriani, Amd. Keb.
☐

Dengan hormat harap :
☐ Tanggapan dan saran
☐ Proses lebih lanjut
☐ Koordinasi / Konfirmasi
☐

Dan seterusnya

Catatan :

Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar
 Kota Bengkulu

dr. Fatimah, ST
 NIP. 197309162008032001



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/265/KESBANGPOL-REK/2026

- Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
- Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/818/2026 Tanggal 28 Januari 2026 perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama : Alen Efrizal
NIM : P01720425002
Pekerjaan : Mahasiswa/i
Prodi/ Fakultas : Pendidikan Profesi Ners
Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Tempat Penelitian : Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : 02 Februari 2026 s.d 07 Februari 2026
Penanggung Jawab : Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

- Dengan Ketentuan :
- 1 Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
 - 2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
 - 3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
 - 4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 29 Januari 2026

a.n. WALI KOTA BENGKULU

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu,



Syofyan Tosoni, SE, MM
Pembina Utama Muda (IVc)
NIP. 197009021993031006

Lampiran 12

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu Email
dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulkota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI
Nomor : 000.9.2 / 265 / D.Kes / 2026

Dasar Surat

1. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/894/2026 Tanggal 29 Januari 2026
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor :
000.9.2/265/KESBANGPOL-REK/2026 Tanggal 29 Januari 2026,
Perihal : Penelitian untuk penyusunan tugas akhir mahasiswa Atas
nama :

Nama : Alen Efrizal
NIM : P01720425002
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners/Keperawatan
Judul : Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis
Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas
Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lokasi Penelitian : Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Kegiatan : 02 Februari S/D 07 M 2026
No Hp / Email : 082218789442

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

- f. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- a. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- b. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- c. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
- d. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Februari 2026
Plt. Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Nelli Hartati, SKM/MM
Pembina, IV/a
Nip. 197204191991012001

Tembusan :

1. Yth.Sdr.Ka.UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
2. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR
{Badan Layanan Umum Daerah}



Alamat : Jln. Sepakat RT 18 Kelurahan Sawah Lebar Baru TELP. (0736) 28360
Email: pkmsawahlebar@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 445/ 91 /PKM-SL/ IV /2026

Berdasarkan surat rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/265/D.Kes/2026 tanggal Februari 2026 tentang: izin penelitian

Yang bertanda tangan dibawah ini Bengkulu :

Nama : Erna Yulista, S.Tr.Keb
N I P : 19880252011012001
Pangkat/Gol. : Penata / III c
Jabatan : Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Dengan ini menerangkan :

Nama : Alen Efrizal
NPM/ NIM : P01720425002
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners/Keperawatan

Benar telah melaksanakan penelitian di UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dari tanggal 02 Februari 2026 s/d 07 Maret 2026 dengan judul "**Asuhan Keperawatan Manajemen Nyeri Pada Lansia Osteoarthritis Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu**"

Demikianlah keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya..

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada Tanggal : 30 April 2026
Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar
Kota Bengkulu


Erna Yulista S.Tr.Keb
NIP. 19880252011012001

Tembusan :

1. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
2. Arsip

Lampiran 14

Isometric Quadriceps



Isometric Quadriceps



Kompres Hangat Jahe



Kompres Hangat Jahe



Senam Ergonomic



Senam Ergonomic

