

**PENGARUH KOMBINASI *RANGE OF MOTION* DAN  
DZIKIR KALIMAT THOYYIBAH UNTUK MENURUNKAN  
NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GODEAN I  
SLEMAN YOGYAKARTA**

**TESIS**

Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat Magister Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun Oleh:  
MARULI TAUFANDAS  
20151050013**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2017**

# LEMBAR PENGESAHAN

Tesis

**PENGARUH KOMBINASI *RANGE OF MOTION* DAN DZIKIR  
KALIMAT THOYYIBAH UNTUK MENURUNKAN NYERI SENDI  
PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS GODEAN I SLEMAN YOGYAKARTA**

Telah diujikan pada tanggal:  
4 Januari 2018

Oleh:  
**MARULI TAUFANDAS**  
NIM 20151050013

1. Erna Rochmawati, S.Kp.,MNSc.,M.Med.Ed.,Ph.D
2. DR. Titih Huriyah, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.Kom.
3. DR. Elsy Maria Rosa, M.Kep.
4. Moh. Afandi, S.Kep.,Ns., MAN.

()  
()  
()  
()

Mengetahui  
Ketua Program Studi Magister Keperawatan  
Program Pascasarjana  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



(Fitri Arofiati, S.Kep.,Ns., MAN., Ph.D)

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Maruli Taufandas  
NIM : 20151050013  
Program Studi : Magister Keperawatan  
Tempat, Tanggal Lahir : Aikmel, 25 Oktober 1986  
Alamat : Gegurun, Pohgading Timur, Pringgabaya,  
Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat  
Kampus : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya, bahwa tesis saya yang berjudul Pengaruh Kombinasi *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoarthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta, merupakan hasil karya saya sendiri bukan hasil karya orang lain. Apabila tesis saya diketahui adanya hak cipta, saya siap menerima sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku di Indonesia.

Yogyakarta, Januari 2018



Maruli Taufandas.

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَى  
رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

Karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap (QS. A LAM NASYRAH Ayat 5-7).

## HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah menjadikan Ilmu sebagai sifat kesempurnaan paling tinggi. Saya bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah tiada sekutu bagi-Nya. Dialah yang memberi anugerah hikmah kepada hamba terpilih-Nya. Saya bersaksi bahwa Nabi Muhammad SAW adalah hamba dan utusan Allah SWT yang telah dianugerahi berbagai kesempurnaan.

TESIS ini saya persembahkan untuk Bapak Ibu saya (Bapak. Mardan dan Ibu. Nur'ainun, S.Pd) dan adik-adik saya (Apriandi Yusfa, S.Pd dan Iin Nuri Ana, S.Kep.,Ns) tercinta, terimakasih atas panjatan Do'a serta dukungannya selama ini, semoga Allah SWT mencatat semua yang sudah kita lakukan sebagai Amal Ibadah. Aamiin Ya Rabbalalamin.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.*

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Pengaruh Kombinasi *Range of Motion* dan Dzikir Kalimat Thoyyibah Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Osteoartritis di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta”.

Penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini dapat diselesaikan atas bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih yang tulus kepada:

1. Bapak. DR. Ir. Gunawan Budiarto., M.P., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Bapak. Sri Atmaja P. Rosyidi., M.Sc.Eng., Ph.D, P.Eng., selaku Dekan Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ibu. Fitri Arofiati, S.Kep.,Ns., MAN., Ph.D., selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Ibu. Erna Rochmawati, SKp., MNSc., M.Med.Ed., Ph.D., selaku Sekretaris Program Studi Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
5. Ibu. DR. Elsy Maria Rosa, M.Kep., selaku Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan petunjuk, solusi dan mendukung peneliti dalam penyusunan tesis ini.
6. Bapak. Moh. Afandi, S.Kep.,Ns., MAN., selaku Pembimbing II yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, memberikan petunjuk, solusi dan mendukung peneliti dalam penyusunan tesis ini.
7. Ibu. DR. Titih Huriah, M.Kep., Ns.,Sp.Kep.Kom., selaku Penguji atas bimbingan, koreksi, masukan, arahan serta motivasi yang telah diberikan

sehingga tesis ini terselesaikan.

8. Seluruh dosen dan civitas akademika Program Studi Magister Keperawatan Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah membekali peneliti dengan berbagai ilmu hingga tesis ini terselesaikan.
9. Seluruh mahasiswa Program Magister Keperawatan angkatan 6 yang telah memberikan dukungan dan semangat bagi penulis.
10. Kepala Akademi Perawat Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat beserta dosen dan staf yang telah memberikan motivasi dan dukungannya.

Penulis menyadari bahwa penulisan tesis ini masih belum sempurna, karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Yogyakarta, Januari 2018

Penulis

## DAFTAR ISI

	Hal
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>ABSTRAK</b> .....	x
<b>ABSTRACT</b> .....	xi
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	14
E. Penelitian Terkait.....	15
<b>BAB II. TINJAUAN TEORI</b>	
A. Osteoarthritis	
1. Definisi Osteoarthritis.....	21
2. Etiologi Osteoarthritis.....	22
3. Patogenesis Osteoarthritis.....	23
4. Faktor Risiko Osteoarthritis.....	24
5. Manifestasi Klinik Osteoarthritis.....	29
6. Sendi.....	31
7. Pemeriksaan Diagnostik.....	34
8. Penatalaksanaan Osteoarthritis.....	34
9. Aktifitas Penderita Osteoarthritis.....	41
B. Konsep Latihan Rentang Gerak ( <i>Range of Motion</i> )	
1. Definisi <i>Range of Motion</i> .....	45
2. Klasifikasi Latihan <i>Range of Motion</i> .....	47
3. Prinsip Latihan <i>Range of Motion</i> .....	48
4. Gerakan Latihan <i>Range of Motion</i> .....	49
5. Latihan <i>Range of Motion</i> .....	49
C. Lansia	
1. Definisi Lansia.....	60
2. Definisi Menua.....	60
3. Tipe Lansia di Indonesia.....	61
D. Nyeri	
1. Definisi Nyeri.....	62
2. Klasifikasi Nyeri.....	63



3. Mekanisme Nyeri .....	64
4. Kajian Awal Terhadap Nyeri .....	66
5. Pengukuran Nyeri.....	66
6. Manajemen Nyeri.....	70
E. Dzikir	
1. Definisi Dzikir.....	75
2. Bentuk-bentuk Dzikir.....	76
3. Cara Berdzikir .....	77
4. Manfaat Dzikir .....	80
F. Teori <i>Comfort</i> Kolcaba	
1. Definisi dan Konsep Umum Teori <i>Comfort</i> .....	82
2. Struktur Taksonomi Teori <i>Comfort</i> .....	85
G. Kerangka Teori .....	87
H. Kerangka Konsep.....	88
I. Hipotesis .....	89
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	90
B. Populasi dan Sampel.....	91
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	94
D. Variabel Penelitian.....	94
E. Definisi Operasional .....	95
F. Instrumen Penelitian .....	97
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	97
H. Cara Pengumpulan Data .....	98
I. Diagram Alur Penelitian .....	101
J. Pengolahan dan Metode Analisis Data .....	102
K. Etika Penelitian .....	104
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	105
B. Hasil Penelitian	
1. Hasil Analisis Univariat.....	106
2. Hasil Analisis Bivariat .....	111
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Karakteristik Responden.....	114
B. Gambaran Skala Nyeri.....	118
C. Pengaruh <i>Range of Motion</i> dan Dzikir Kalimat Thoyyibah .....	123
D. Perbedaan Pengaruh <i>Range of Motion</i> dan Dzikir Kalimat Thoyyibah .....	131
E. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian .....	135
F. Implikasi Keperawatan .....	136

**BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan ..... 139  
B. Saran ..... 139

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Struktur Taksonomi Dari Teori Kenyamanan	85
Tabel 3.1	Rancangan Penelitian	90
Tabel 3.2	Definisi Operasional	95
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Agama, Tingkat Pendidikan dan Jenis Pekerjaan pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	107
Tabel 4.2	Karakteristik Nyeri Sendi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta	109
Tabel 4.3	Distribusi Tingkat Skala Nyeri Responden Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kotrol Sebelum dan Sesudah Intervensi	110
Tabel 4.4	Distribusi Rata-Rata Tingkat Skala Nyeri Sendi Pada Responden Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	111
Tabel 4.5	Uji Normalitas Variabel Skala Nyeri Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	112
Tabel 4.6	Analisis <i>Wilcoxon Test</i> Skala Nyeri Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	113
Tabel 4.7	Analisis <i>Mann-Whitney Test</i> Skala Nyeri Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	114

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Gerakan Latihan ROM .....	50
Gambar 2.2	Pengukuran Intensitas Nyeri dengan NRS .....	69
Gambar 2.3	<i>Conceptual Framework for Comfort Theory</i> .....	81
Gambar 2.4	Kerangka Teori .....	87
Gambar 2.4	Kerangka Konsep .....	88
Gambar 3.1	Diagram Alur Penelitian .....	101

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keterangan Lolos Uji Etik/*Ethical Approval*
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Daftar Hadir Bimbingan Proposal/Tesis
- Lampiran 5 Daftar Hadir Seminar Proposal/Hasil Tesis
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Lembar Observasi Responden
- Lampiran 9 Panduan Dzikir kalimat Thoyyibah dan *Range of Motion* (ROM)
- Lampiran 10 Print Out Olah Data SPSS

## ABSTRAK

### PENGARUH KOMBINASI *RANGE OF MOTION* DAN DZIKIR KALIMAT THOYYIBAH UNTUK MENURUNKAN NYERI SENDI PADA LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GODEAN I SLEMAN YOGYAKARTA

Maruli Taufandas<sup>1</sup>, Elsy Maria Rosa<sup>2</sup>, Moh. Afandi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Mahasiswa Program Studi Magister Keperawatan, Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.*

<sup>2</sup>*Dosen Program Studi Magister Keperawatan, Program Pasca Sarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.*

**Pendahuluan :** Osteoarthritis merupakan suatu penyakit degeneratif pada persendian yang ditandai dengan adanya nyeri pada ekstremitas bawah. Penatalaksanaan non farmakologi merupakan komponen yang sangat penting dalam mengatasi nyeri, salah satu bentuknya adalah latihan *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis di wilayah kerja Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta.

**Metode :** Penelitian ini adalah study intervensi berupa penelitian kuantitatif dengan rancangan *Quasi Eksperiment Design: Pretest-Posttest Control Group Design*. Penelitian dilakukan di dua desa di Kabupaten Sleman yaitu di dusun Mertosutan dan dusun Ngabangan. Sampel pada penelitian ini sebanyak 36 orang lansia dengan masing-masing 18 lansia sebagai kelompok intervensi dan 18 lansia sebagai kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon Test* dan *Mann Whitney Test*.

**Hasil :** Setelah 4 minggu intervensi kombinasi *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah, terdapat pengaruh kombinasi *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah terhadap penurunan skala nyeri sendi pada lansia dengan nilai *p value* 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ).

**Kesimpulan :** Kombinasi *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia dengan osteoarthritis.

**Kata Kunci :** Lansia, Nyeri Sendi, Osteoarthritis, *Range of Motion* dan Dzikir kalimat Thoyyibah.

## ABSTRACT

### **THE EFFECT OF COMBINATION RANGE OF MOTION AND DZIKIR THOYYIBAH SENTENCE TO REDUCE JOINT PAIN IN ELDERLY WITH OSTEOARTHRITIS AT WORK AREA GODEAN I PUBLIC HEALTH CENTER SLEMAN YOGYAKARTA**

**Maruli Taufandas<sup>1</sup>, Elsy Maria Rosa<sup>2</sup>, Moh. Afandi<sup>3</sup>**

**<sup>1</sup>Student Master of Nursing, Post Graduate Program Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.**

**<sup>2</sup>Lecture Master of Nursing, Post Graduate Program Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.**

**Introduction:** Osteoarthritis is a degenerative disease in the joints characterized by pain in the lower extremities. Non-pharmacological management is a very important component in managing the pain, that include Range of Motion and Dzikir Thoyyibah Sentence.

**Purpose:** The aims of the study were to determine the effect of combination Range of Motion and Dzikir Thoyyibah Sentence to reduce joints pain in the elderly with osteoarthritis at Godean I Public Health Center Sleman Yogyakarta.

**Method:** Pretest-Posttest with Control Group Design was carried out in this study. The study was done in two villages in Sleman district, namely in Mertosutan and Ngabangan hamlets. Sample in this study were 36 elderly with 18 elderly as intervention group and 18 elderly as control group. Sampling technique used random sampling. Data analysis used was Wilcoxon Test and Mann Whitney Test.

**Result:** Durig the four weeks intervention of Range of Motion and Dzikir Thoyyibah Sentence combination intervention, there was influence of Range of Motion and Dzikir Thoyyibah Sentence combination to scale of joint pain in elderly with osteoarthritis by P value 0.000 ( $\alpha < 0.05$ ).

**Conclusion:** The combination of Range of Motion and Dzikir Thoyyibah Sentence significantly influence the decrease of joint pain on the elderly with osteoarthritis.

**Keywords:** Elderly, Joint Pin, Osteoarthritis, Range of Motion and Dzikir Thoyyibah Sentence.