

Lampiran 1

Jadwal Kegiatan Penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N)

Asuhan Keperawatan Pada Lansia Yang Mengalami Nyeri Akut Dengan Intervensi Senam Reamtik di Puskesmas Buleleng I

No	Kegiatan	Waktu Kegiatan (Dalam Minggu)															
		Februari				Maret				April				Mei			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan Judul KIA-N	■	■														
2	Pengurusan surat izin penelitian			■	■												
3	Pengumpulan data					■	■										
4	Pelaksanaan asuhan keperawatan							■	■								
5	Pengolahan data								■	■							
6	Analisis data									■	■						
7	Penyusunan laporan										■	■	■				
8	Sidang hasil penelitian													■	■		
9	Revisi laporan															■	
10	Pengumpulan KIA-N																■

Lampiran 2

REALISASI ANGGARAN BELANJA (RAB) KIA-N
ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA YANG MENGALAMI
NYERI AKUT DENGAN INTERVENSI SENAM REMATIK DI
PUSKESMAS BULELENG I

No	Kegiatan	Rencana Biaya
1	Tahap Persiapan a. Pengurusan ijin studi kasus	Rp. 400.000
2	Tahap Pelaksanaan a. Transportasi dan akomodasi	Rp. 250.000
3	Tahap Akhir a. Penyusunan Laporan b. Penggandaan Laporan c. Revisi Laporan d. Biaya Tak Terduga	Rp. 50.000 Rp. 100.000 Rp. 150.000 Rp. 200.000
Total		Rp. 1.150.000

Lampiran 3

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya telah mendapat penjelasan yang baik oleh peneliti mengenai tujuan dan manfaat karya tulis yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Yang Mengalami Nyeri Akut Dengan Intervensi Senam Rematik di Puskesmas Buleleng I”. Telah saya mengerti bahwa saya akan diminta dilakukan observasi dan wawancara, untuk memberikan jawaban sesuai dengan yang saya rasakan/alami, serta mengikuti prosedur intervensi yang diberikan sebagai proses kesembuhan saya. Saya mengerti bahwa tidak ada resiko yang terjadi pada penelitian ini, apabila pertanyaan dan intervensi menimbulkan respon emosional, maka karya tulis akan dihentikan dan peneliti akan memberikan dukungan serta kolaborasi dengan petugas medis yang terkait untuk mendapatkan terapi lebih lanjut.

Saya mengerti bahwa catatan yang menjadi data karya tulis ini akan dirahasiakan, dan kerahasiaan ini akan dijamin. Informasi mengenai identitas saya tidak akan dicantumkan. Saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya dan telah dijelaskan dengan jawaban yang memuaskan. Saya secara sukarela bersedia menjadi responden penelitian karya tulis ini dan bersedia menandatangani lembar persetujuan ini.

Buleleng, Mei 2022

Peneliti

Responden

(Nyoman Budiasa)

(.....)

Lampiran 4

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR SENAM REMATIK	
Pengertian	Senam Rheumatik adalah latihan jasmani yang dilakukan dengan tujuan untuk mengatasi rasa nyeri, meningkatkan kesehatan dan daya tahan tubuh secara menyeluruh, serta mengurangi pembengkakan dan memperlancar peredaran darah keseluruh tubuh bagi penderita rheumatik.
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengurangi rasa nyeri pada persendian 2. Merelaksasi sendi – sendi yang kaku 3. Mengurangi pembengkakan 4. Memperlancar peredaran darah 5. Meningkatkan kesehatan dan daya tahan tubuh
Indikasi/ kontraindikasi	Indikasi: penderita rheumatik Kontraindikasi <ol style="list-style-type: none"> 1. Ibu yang menderita anemi 2. Ibu yang mempunyai penyakit jantung dan paru-paru
Persiapan Alat/ bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Matras 2. Karet gelang 3. Kursi dengan penyangga tangan
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prinsip Pertama: Latihan Pernapasan Duduklah dengan nyaman dan tegakkan punggung Anda. Tarik napas melalui hidung hingga tulang rusuk terasa terangkat dan hembuskan napas melalui mulut seperti meniup lilin (untuk mengeceknya: letakkan tangan Anda pada bagian dada). Latihan ini sangat berguna untuk mengurangi rasa nyeri saat rematik datang. Lakukan secara teratur dan terus menerus, minimal 4 set dengan istirahat antar set 1-2 menit. 2. Prinsip Kedua: Pemanasan Sebelum berlatih, Anda dianjurkan untuk melakukan pemanasan selama 5-10 menit. Pemanasan ini dapat dilakukan dengan berjalan atau dengan peregangan ringan. 3. Prinsip Ketiga: Latihan Persendian Beberapa contoh latihan berikut sangat cocok untuk melatih beberapa titik persendian Anda. <ol style="list-style-type: none"> a. <u>Sendi Leher</u> Tegakkan kepala Anda. Putar kepala ke kanan perlahan lahan hingga kembali ke posisi awal. Lanjutkan dengan memutar kepala ke kiri secara perlahan-lahan hingga kembali ke posisi awal. Lakukan secara berulang.

Prosedur

b. Sendi Bahu

Berbaringlah dengan nyaman dengan posisi lengan rileks di samping tubuh Anda. Angkat lengan kanan secara perlahan ke arah samping menjauhi tubuh Anda, kemudian kembalikan pada posisi semula. Ulangi gerakan yang sama untuk lengan kiri Anda. Lakukan secara bergantian antara lengan kiri dan kanan. Mulailah dengan posisi siku ditekuk ke arah samping dan posisi telapak tangan menyentuh bahu. Gerakkan kedua siku Anda ke arah depan, hingga kedua siku saling menyentuh. Lanjutkan dengan menggerakkan siku hingga kembali ke posisi awal. Rasakan dada Anda tertarik ketika menarik siku kembali ke posisi awal.



c. Sendi Pinggul

Berbaringlah dengan nyaman dengan posisi ujung tumit menempel. Jauhkan kaki kanan Anda secara perlahan dari tubuh, lalu kembalikan ke posisi awal. Lakukan secara bergantian antara kaki kanan dan kiri.



d. Pergelangan Kaki

Putar pergelangan kaki kanan searah jarum jam secara perlahan kemudian lakukan arah sebaliknya (berlawanan jarum jam). Lakukan secara bergantian antara pergelangan kaki kanan dan kiri.



e. Pergelangan Tangan

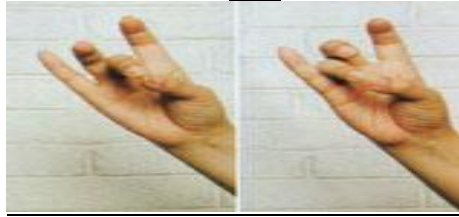
Tekuk jari-jari tangan Anda, putar pergelangan tangan Anda searah jarum jam dan kemudian berlawanan dengan jarum jam.



Prosedur

f. Ruas Jari

Sentuh tiap jari-jari tangan Anda dengan ibu jari. Ulangi hingga 5 kali.



4. **Prinsip Keempat: Latihan Kekuatan**

Latihan ini bertujuan untuk melatih otot. Dilakukan sebanyak 3-5 set, dengan istirahat antar set selama 1-2 menit.

a. Duduk menyilang diatas kursi

Duduklah pada kursi yang diganjal bantal. Silangkan pergelangan kaki kanan di atas pergelangan kaki kiri. Tekan kaki kanan ke kaki kiri, dan di saat bersamaan, tekan kaki kiri maju melawan kaki kanan Anda. Tahan posisi ini selama 3-6 detik, lalu lepaskan. Ulangi dengan posisi pergelangan kaki kiri di atas pergelangan kaki kanan.



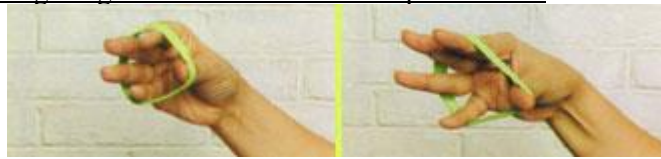
b. Mengangkat pinggul


Berbaringlah dengan lutut ditekuk dan telapak kaki menyentuh lantai. Angkat panggul dari lantai dengan punggung atas dan tengah serta tangan tetap menyentuh lantai. Rasakan adanya kontraksi pada pantat dan perut Anda. Tahan posisi ini beberapa detik, sambil mengambil napas dalam-dalam dan perlahan.



c. Meregangkan karet gelang dengan jari

Taruh karet gelang di kelima jari tangan Anda. Rentangkan jari-jari Anda selebar yang Anda bisa. Perlahan lepaskan tekanan dari karet gelang tersebut dan kembali ke posisi awal.



Prosedur	<p>5. <u>Prinsip Kelima: Latihan Kesehatan Jantung</u> <u>Latihan ini dilakukan untuk kesehatan jantung dan meningkatkan stamina. Latihan ini dapat berupa jalan cepat, berlari, berenang, aerobik, dan bersepeda. Lakukan latihan selama 30-45 menit dengan pemanasan selama 5-10 menit.</u></p>  <p>6. <u>Prinsip Keenam: Peregangan</u> <u>Latihan ini dilakukan untuk meningkatkan fleksibilitas sendi dan otot. Untuk sesi ini, Anda dapat menggunakan iringan musik lembut untuk membangun suasana rileks.</u></p>
Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sendi – sendi pasien yang kaku terasa rilek 2. Tidak ada rasa nyeri pada persendian 3. Pembengkakan berkurang 4. Peredaran darah lebih lancar 5. Kesehatan dan daya tahan tubuh Meningkat

SURAT PENGAMBILAN DATA



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN



Alamat : Jalan Pulau Moyo No. 33 Pedungan, Denpasar
Telp/Faksimile : (0361) 725273 / 724563
Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id

Nomor : PP.08.02/020/ /2022
Hal : Mohon ijin Pengambilan Data

Singaraja, Januari 2022

Yth:
Kepala Puskesmas Buleleng I
di
Singaraja

Sehubungan dengan penyusunan tugas Karya Ilmiah Akhir mahasiswa Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin pengambilan data penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama : Nyoman Budiasa
Nim : P01720321058
Judul penelitian : Asuhan Keperawatan Pada Lansia Rematik Yang Mengalami Nyeri Akut Dengan Intervensi Senam Rematik Di Puskesmas Buleleng I
Lokasi penelitian : Puskesmas Buleleng I
Waktu penelitian : Januari – April 2022

Kegiatan penelitian dilaksanakan dengan mengutamakan aspek keselamatan subyek penelitian dan peneliti, serta memperhatikan anjuran pemerintah terkait Covid-19 serta menerapkan protokol kesehatan yang ketat.

Atas perkenannya kami ucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Keperawatan



Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep
NIP : 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nyoman Budiasa
NIM : P01720321058
Program Studi : Ners
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2021/2022
Alamat : Desa Tukadmungga, Singaraja
Nomor HP/Email : 08123986157 / nyomanbudiasa.bali@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa Tugas Akhir dengan Judul:

Asuhan Keperawatan Pada Lansia Rematik Yang Mengalami Nyeri Akut Dengan Intervensi Senam Rematik Di Puskesmas Buleleng I

1. Dan Menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Juni 2022

Yang menyatakan,



Nama: Nyoman Budiasa

NIM: P01720321058

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA****DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI
SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN KARYA ILMIAH AKHIR
PRODI PROFESI NERS KEPERAWATAN POLTEKKES DENPASAR

Nama Mahasiswa : NYOMAN BUDIASA

NIM : P07120321058

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik	28/4.2022		Bunath
2	Perpustakaan	28/4.2022		Raka
3	Laboratorium	28/4.2022		Nima Junianskep Ners
4	HMJ	28/4.2022		Ed. Oka Kusuma Taya
5	Keuangan	28/4.2022		I.A. Suabadi B
6	Administrasi umum/ perlengkapan	28/4.2022		Dayu Alit.

Keterangan :

Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Karya Ilmiah Akhir jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar... 28 April 2022...
Ketua Jurusan Keperawatan,



Ners. I Made Sukarja. S.Kep.M.Kep.
NIP. 196812311992031020


[Buka](#)

Data Skripsi Mahasiswa

N I M : P07120321058
 Nama Mahasiswa : Wyanan Budiasa
 Info Akademik : Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi Profesi Ners
 Semester : 2

[Skripsi](#)
[Bimbingan](#)
[Nilai Ujian](#)
[Seminar Proposal](#)
[Syarat Sidang](#)

Bimbingan

No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Konsultasi judul KIAN	19 Jan 2022	✓
2	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Konsultasi tentang Latar Belakang KIAN	29 Jan 2022	✓
3	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Perbaikan BAB 1	25 Feb 2022	✓
4	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Perbaikan BAB 2 tentang Landasan Teori	28 Feb 2022	✓
5	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Perbaikan BAB 2 tentang Senam Rematik	19 Mar 2022	✓
6	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Perbaikan tentang Lampiran dan Cover depan	4 Apr 2022	✓
7	196608031989031003 - KETUT SUDIANTARA, A.Per.Pen., S.Kep., Ns., M.Kes.	Konsultasi dan Perbaikan daftar isi dan daftar pustaka	25 Apr 2022	✓
8	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Konsultasi judul KIAN (minimal 2 variabel)	24 Feb 2022	✓
9	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Konsultasi tentang cara penulisan sesuai standar Poltekkes	22 Mar 2022	✓
10	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Perbaikan cover depan dan cara identifikasi masalah	28 Mar 2022	✓
11	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Konsultasi tentang video Senam rematik	6 Apr 2022	✓
12	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	Perbaikan halaman skripsi	12 Mei 2022	✓
13	196202221983091001 - I KETUT GAMA, SKM., M.Kes	perbaikan penulisan abstrak, supaya di cetak miring	24 Mei 2022	✓