

**LITERATURE REVIEW : PENGARUH TERAPI RANGE OF MOTION  
(ROM) TERHADAP KEMANDIRIAN LANSIA DALAM  
MELAKUKAN ADL DI PANTI WERDHA**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai persyaratan untuk  
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



**DISUSUN OLEH:**

**JULITA PRATIWI**

**17111024110205**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2020**

***Literature Review : Pengaruh Terapi Range of Motion (ROM)***  
**Terhadap Kemandirian Lansia Dalam Melakukan ADL di**  
**Panti Werdha**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai persyaratan untuk  
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



**DISUSUN OLEH:**

**Julita Pratiwi**

**17111024110205**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2020**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Julita Pratiwi

NIM : 17111024110205

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian : "*Literature Review* : Pengaruh Terapi *Range Of Motion (ROM)* Terhadap Kemandirian Lansia Dalam Melakukan *ADL* di Panti Werdha"

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, tahun 2010).

Samarinda, 23 Maret 2020

METERAI  
TEMPEL  
JB658FAHF517926829  
6000  
ENAM RIBU RUPIAH



Julita Pratiwi

17111024110205

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**LITERATURE REVIEW : PENGARUH TERAPI RANGE OF MOTION  
(ROM) TERHADAP KEMANDIRIAN LANSIA DALAM MELAKUKAN  
ADL DI PANTI WERDHA**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH**

**Julita Pratiwi**

**17111024110205**

**Disetujui untuk diujikan**

**Pada tanggal, 23 Juni 2020**

**Pembimbing**

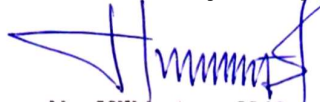


**Ns. Faried Rahman Hidayat, M.Kes**

**NIDN. 1112068002**

**Mengetahui,**

**Koordinator Mata Ajar Skripsi**



**Ns. Milkhatun., M.Kep**

**NIDN.1121018501**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**LITERATURE REVIEW : PENGARUH TERAPI RANGE OF MOTION  
(ROM) TERHADAP KEMANDIRIAN LANSIA DALAM MELAKUKAN  
ADL DI PANTI WERDHA**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH :**

**JULITA PRATIWI**

**17111024110205**

**Diseminarkan dan Diujikan**

**Pada tanggal, 23 Juni 2020**

**Penguji I**



**Rusni Masnina, S.Kp., MPH**

**NIDN. 1114027402**

**Penguji II**



**Ns. Faried Rahman.H., S.Kep., M.Kes**

**NIDN. 1112068002**

**Mengetahui :**

**Ketua Prodi S1 Keperawatan**



**Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep**

**NIDN. 1119097601**

**Literature Review : Pengaruh Terapi *Range of Motion (ROM)* terhadap  
Kemandirian Lansia dalam Melakukan *ADL* di Panti Werdha**

**INTISARI**

Julita Pratiwi<sup>1</sup>, Faried Rahman Hidayat<sup>2</sup>

**Latar Belakang** : Peningkatan jumlah penduduk lansia memberikan berbagai macam tantangan akibat penuaan penduduk yang telah menyentuh berbagai aspek kehidupan. Proses menua yang di alami lansia menjadikan lansia mengalami penurunan kondisi fisik, psikis maupun sosial yang akan mengakibatkan ketergantungan pada lansia. Angka ketergantungan pada lansia lebih banyak pada lansia laki-laki 9,62% dan pada perempuan 9,16% dengan total 9,40%.

**Tujuan** : Untuk menganalisa literatur tentang Pengaruh Terapi *Range of Motion (ROM)* terhadap Kemandirian Lansia Dalam Melakukan *ADL* di Panti Werdha”

**Metode** : Desain *Literature Review*, jurnal 5 tahun terakhir dari beberapa database, antara lain GoogleScholar, JKI, JSM, Oxford, Elsevier, Research Gate, PubMed dengan *keyword* “*Range Of Motion/ ROM*”, “*Elderly/ Lansia*”, “*Independence/ Kemandirian*”, “*physical activity/ aktivitas fisik*”, “*nursing. home/ panti jompo*”, “*activities of daily living/ aktivitas sehari-hari*”

**Hasil** :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

**Kesimpulan** : Dari hasil analisis *literature* yang dilakukan dari penelitian sebelumnya, peneliti menarik kesimpulan adanya pengaruh latihan *range of motion (ROM)* terhadap kemandirian lansia dalam melakukan ADL

**Kata Kunci** : Lansia, Kemandirian, *Range of Motion (ROM)*, *Activity Daily Living (ADL)*, Panti Werdha

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Sarjana Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

**Literature Review: the Effect of Range of Motion (ROM) Therapy on the Independence of the Elderly in Doing ADL at the Nursing Home**

**ABSTRACT**

*Julita Pratiwi<sup>3</sup>, Faried Rahman Hidayat<sup>4</sup>*

**Background:** Increasing the number of elderly population presents various kinds of challenges due to aging of the population that has touched various aspects of life. The aging process experienced by the elderly makes the elderly experience a decline in physical, psychological and social conditions that will result in dependence on the elderly. The dependency rate on the elderly is more in the elderly 9.62% of men and 9.16% in women with a total of 9.40%.

**Purpose:** To analyze the literature on the Effect of Range of Motion (ROM) Therapy on the Independence of the Elderly in Doing ADL at the Home of Werdha

**Methods:** Design Literature Review, journals of the last 5 years from several databases, including Google Scholar, JKI, JSM, Oxford, Elsevier, Research Gate, PubMed with the keywords "Range of Motion / ROM", "Elderly / Elderly", "Independence / Independence", "Physical activity", "nursing. home / nursing home", "activities of daily living / daily activities"

**Results:** The results of the literature review analysis prove the influence of ROM exercises on the independence of the elderly in conducting ADL. And some exercise recommendations to improve independence include strength training, aerobic training, ROM training, and balance training

**Conclusion:** From the results of a literature analysis conducted from previous studies, researchers draw conclusions from the effect of range of motion (ROM) exercises on the independence of the elderly in conducting ADL

**Keywords:** *Elderly, Independence, Range of Motion (ROM), Activity Daily Living (ADL), Nursing Hom*

---

<sup>1</sup> Nursing Undergraduate Students in Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Lecturer in Nursing of Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

## MOTTO

**اللهُ يحبُّ** إِذَا عَمِلَ الْعَامِلُ لِنَفْسِهِ إِذَا عَمِلَ الْعَامِلُ لِنَفْسِهِ إِذَا عَمِلَ الْعَامِلُ لِنَفْسِهِ **Allah mencintai pekerjaan yang apabila bekerja ia menyelesaikannya dengan baik” ( HR. Thabrani )**

**KERJAKAN SESUATU DENGAN HATI YANG IKHLAS MAKA  
PEKERJAAN ITU AKAN LEBIH MUDAH – BAPAK SAYA**



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas berkah, rahmat serta hidayah-Nya yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*LITERATURE REVIEW : PENGARUH TERAPI RANGE OF MOTION (ROM) TERHADAP KEMANDIRIAN LANSIA DALAM MELAKUKAN ADL DI PANTI WERDHA*” sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Jurusan Sarjana (S1) Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis mengalami berbagai macam rintangan dan cobaan, namun pada akhirnya penulis dapat melalui berkat adanya dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua, bapak tercinta Masran dan almarhumah mama tersayang Sri Purnama Lestari serta kakak Wahyu Pranata yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil serta doa yang tiada henti-hentinya kepada penulis
2. Bapak Prof. Dr. H. Bambang Setiaji selaku rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Bapak Ghozali MH, M.Kes (Ph.D) selaku Dekan Fakultas Kesehatan Dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

4. Ibu Ns. Dwi Rahmah Fitriyani, M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur serta sebagai orang tua yang selalu memberikan arahan dan bimbingan.
5. Ibu Rusni Masnina, S.Kp., MPH selaku penguji yang telah memberikan saran dan serta memberikan ilmu yang bermanfaat dalam penyelesaian skripsi ini
6. Bapak Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing dalam pembuatan skripsi ini, yang senantiasa membimbing dan mengarahkan kami serta memberikan ilmu yang bermanfaat dalam pembuatan skripsi
7. Bapak dan Ibu Dosen S1 Keperawatan dan seluruh Staf Akademik Fakultas Kesehatan dan Farmasi yang telah memberikan kami pengajaran dan pengetahuan baik di bidang Keperawatan maupun *Softskill*, serta membantu kami selama berada di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
8. Seluruh keluarga besar H. Syakhrani dan Utuhan yang telah memberikan semangat dan memberi dukungan dalam penyelesaian skripsi ini
9. Seluruh teman-teman S1 Keperawatan B Angkatan 2016 yang telah menemani, memberi semangat selama perkuliahan yang telah melalui masa-masa senang maupun sulit, berjuang bersama. Semoga kelak kita bertemu dalam kesuksesan. Aamiin.

10. Teman-teman yang selalu ada di saat kuliah dan telah membantu serta memberikan dukungan dan semangat selama kuliah yakni Anika Pramesti Regita, Ayuni Sahara, Niken Suwastika, Muhammad Hermawan, Sefti Yollanda Uli Pandiangan, dan Umil Makarim
11. Seluruh teman-teman dekat saya dari SMP dan SMA yang telah memberikan dukungan serta semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
12. Serta segala pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, akan tetapi berkat keberadaan kalian saya dapat menyelesaikan menyusun skripsi penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna dikarenakan masih terbatasnya pengalaman, pengetahuan dan kemampuan dalam pembuatan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan.

Oleh karena penulis sangat mengharapkan kritik serta saran yang membangun yang memotivasi penulis ke arah yang lebih baik lagi di kemudian hari.

Samarinda, 23 Maret 2020

  
Julita Pratiwi

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	i
Halaman Pernyataan Keaslian Penelitian.....	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Pengesahan.....	iv
Intisari.....	v
Abstrak.....	vi
Motto.....	vii
Kata Pengantar.....	viii
Daftar Isi.....	xii
Daftar Tabel.....	xv
Daftar Gambar.....	xvi
Daftar Lampiran.....	
	xvii

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	4

### **BAB II TINJUAN PUSTAKA**

A. Telaah Pustaka.....	6
B. Penelitian Terkait.....	31

C. Kerangka Teori Penelitian.....	31
D. Kerangka Konsep Penelitian.....	32
E. Hipotesis Penelitian.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	34
B. Tempat dan Waktu.....	34
C. Pemilihan Jurnal.....	35
D. Teknik Pengumpulan Data.....	36
E. Definisi Operasional.....	37
F. Cara Kerja.....	38
G. Analisis Data.....	39
H. Jadwal Penelitian.....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	41
B. Pembahasan.....	65
C. Keterbatasan Penelitian.....	83
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran-saran.....	84
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>86</b>
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Cara Pengukuran ADL.....	9
Tabel 2.2 Penelitian Terkait.....	31
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi.....	36
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian.....	40
Tabel 4.1 <i>Literature Review</i> .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	31
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	32
Gambar 3.1 Diagram Alur Jurnal Review.....	35

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Lembar Konsultasi