

DAFTAR PUSTAKA

- Arthritis Consumer Experts. 2021. *Arthritis – the real story*. Diakses dari <https://jointhehealth.org/takingaction-factsheet-arthritis.cfm?locale=en-CA> tanggal 12 Oktober 2021.
- Arthritis Foundation. 2022. *Arthritis and Heart Disease*. Diakses dari <https://www.arthritis.org/health-wellness/about-arthritis/related-conditions/other-diseases/arthritis-and-heart-diseasetanggal11Februari2022>.
- Adi Antoni, Nurhabibah Lubis (2018). *Pengaruh Latihan Gerak Aktif Terhadap Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Tahun 2018*. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*. Vol 3 No. 2.
- Andi Febriansa, Akbar Asfar, Rahmawati ramli (2021). *Pengaruh Refleksi Massage Therapy Terhadap Penurunan Kualitas Nyeri Pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis*. *Window of Nursing Jurnal*, Vol. 02 No. 01: 220-227.
- Anggrayni, A. P. (2020). *Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Nyeri Akut Pada Klien Rheumatoid Arthritis Di Dusun Rowoglagah Desa Sidomulyo Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Eno Wijaya, Ti Nurhidayati (2020). *Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam menurunkan skala Nyeri Sendi Lansia*. *Jurnal.Unimus*
- Fabrizal, L, & Alfikrie, F. (2021). *Studi Kasus Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lansia*. *Jurnal Mahasiswa Keperawatan*, 1(1).
- Fahrizal, I., & Alfikrie, F. (2021). *Studi Kasus Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lansia*. *Jurnal Mahasiswa Keperawatan*, (1).
- Gustina, W., & Arum Pratiwi, S. K. (2018). *Hubungan antara Stress dengan Tingkat Nyeri pada Penderita Rheumatoid Arthritis di Komunitas* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018*. *Riskesdas*, 614.
- Masruroh. (2020). *Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap nyeri sendi rheumatoid arthritis di Puskesmas Pattopakang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar).

- Nurfitriani, N., & Fatmawati, T. Y. (2020). Pengaruh Kompres Serai Hangat terhadap Intensitas Nyeri Arthritis Rheumatoid pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 260-267.
- Nurjanmah, A. R., Hidayati, E, & Setyawati, D. (2022). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia In Prosiding Seminar Nasional Unimus (Vol. 5).
- Nurwalan, E. (2019). Pengaruh Senam Rematik Terhadap Tingkat Nyeri pada Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis.
- Nuzni, A., Alini, A., & Sudiarti P. E. (2020). Hubungan nyeri arthritis rheumatoid pada lansia diwilayah kerja puskesmas kampar tahun 2020, *jurnal ners*, 4(2),90-95
- Potter & Perry, (2017). Gerontik Rheumatoid Arthritis (Doctoral dissertation, Politeknik Kesehatan Kerta Cendekia).
- Rahmadani, R., Dahrizal, D., Hermansyah, H., & Fitria, K. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis Di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu Tahun 2022 (Doctorai dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Rahmayanti. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nyeri . Arthritis Rheumatoid pada Lansia. *Jurnal Mahasiswa Keperawatan*
- Richard, S. D., & Sari, D. AK. W. (2020). Pengaruh Terapi Relaksasi Otot : Progresif Dalam Menurunkan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 6(1), 28-34.
- Riskesdas Kementerian Kesehatan RI. (2021). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesda) (Vol.
- Saifudin, S., Pardosi, S., & Riyadi, A. Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. A Dengan Arthritis Rheumatoid Di Panti Sosial Tresna Werdha Provinsi Tahun 2019.
- Sampeangin, H., & Pramesty, D. (2019). Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Rheumatoid Artiritis Yang Menjalani Perawatan Di PPSLU Mappakasunggu Kota Parepare. *Jumai Kesehatan Lentera Acitya*, 6(1)
- Setyawati, D. (2023). Penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan nyeri sendi.
- Mumniati, M., Sundari, R. L, & Dewi, F. K. (2020). Pelatihan Relaksai Otot Progresif Pada Kader Posyandu Lansia di Posyandu Lansia RW 0S Desa Kalibagor. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 74-81.

- Nana& Lekakis, J. (2018). Increased benefit of interleukin-1 inhibition on vascular function, myocardial deformation, and twisting in patients with coronary artery disease and coexisting rheumatoid arthritis. *Circulation: Cardiovascular Imaging*, A4), 619-628.
- Setyawati, D. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam menurunkan nyeri sendi.
- Smeltzer (2020). Buku Ajar Keperawatan Medika! Bedah. Jakarta-EGC
- Sriyati, S., & Latif, A. (2022). Improvement medicine adherence on quality of life in Rheumatoid Arthritis. *Media Keperawatan Indonesia*, 2).
- Sujarweni, W. V. (2018). *METODOLOGI PENELITIAN KEPERAWATAN*. Gava Media.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1. Jakarta: Persatuan Perawat Indonesia.
- Wakhidah, S. U. N. (2019). Asuhan Keperawatan Lansia Penderita Rheumatoid Arthritis Dengan Masalah Keperawatan Hambatan Mobilitas Fisik Di Puskesmas Siman Kabupaten Ponorogo (Doctoral dissertation, Universitas Muhamnadiyah Ponorogo).
- Wijaya, E., & Nurhidayati, T. (2020). Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Memuwunkan Skala Nyeri Sendi Lansia. *Ners Muda*, 1(2), 88.
- Wijayanti, N., & Sari, LR Obat antirematik pemodifikasi penyakit sintetik konvensional (csDMARD) pada rheumatoid arthritis selama kehamilan dan menyusui: review: *Jurnal Farmakologi dan Terapi Indonesia* , 3 (1).
- World Health Organization. 2021. Musculoskeletal conditions.
- World Health Organization. 2021. *Musculoskeletal Conditions*. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions> tanggal 8 Februari 2021.

LAMPIRAN

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Assalamualaikum Wr.Wb

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Alamat :

Setelah dijelaskan maksud dari peneliti, maka saya bersedia menjadi responden yang dilakukan oleh saudari Dwi Fitri Yunita S.Kep Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu yang akan mengadakan penelitian dengan judul **“ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK PEMENUHAN GANGGUAN RASA NYAMAN PADA LANSIA ARTRITIS REUMATOID DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA PAGAR DEWA”**.

Demikian persetujuan ini saya tanda tangani dengan sesungguhnya sukarela tanpa paksaan siapapun agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 2025

Responden

()

LEMBAR WAWANCARA

TINGKAT NYERI PADA LANSIA ARTRITIS REUMATOID

Tanggal Wawancara :

A. Identitas

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

B. Pertanyaan

Berikan tanda () pada kolom Ya atau Tidak dari jawaban responden.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Apakah bapak/ibu memiliki riwayat hiperurisme?		
2.	Apakah bapak/ibu ada keluhan nyeri sendi?		
3.	Apakah bapak/ibu sedang minum obat antiinflamasi?		
4.	Apakah bapak/ibu memiliki keterbatasan gerak?		
5.	Apakah bapak/ibu mengalami tirah baring?		
6.	Apakah bapak/ibu memiliki riwayat penyakit jantung?		
7.	Apakah bapak/ibu riwayat pernafasan, seperti asma?		

PENGAJIAN NYERI		
Komponen PQ RST		Jawaban Responden
P (Provokative) Pemicu	Apa yang menjadi pemicu nyeri?	
Q (Quality) Kualitas	Bagaimana gejala tersebut dirasakan?	
R (Region) Penyebaran	Dimana letak nyeri tersebut?	
S (Scale) Intensitas	Tentukan tingkat nyeri dengan metode NRS	
T (Time) Waktu	Berapa lama nyeri muncul?	

Skala Numerical Rating Scale (NRS)

Keterangan

0 : Tidak nyeri

1-3 : Nyeri ringan

Secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik

4-6 : Nyeri sedang

Secara obyektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik.

7-9 : Nyeri berat

Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan klien, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya.

10 : Nyeri sangat berat

Pasien tidak mampu lagi berkomunikasi

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF	
Definisi	Terapi relaksasi otot progresif merupakan suatu terapi yang mengkombinasikan latihan nafas dalam dan serangkaian seri kontraksi dan relaksasi otot tertentu.
Tujuan	Meningkatkan kebugaran, mengatasi insomnia, meningkatkan konsentrasi, mengatasi kelelahan, menurunkan spasme otot, melancarkan peredaran darah, mengurangi rasa nyeri, serta membangun emosi energy positif dari emosi energy negative
Indikasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mengalami gangguan tidur (Insomnia) 2. Penderita Hipertensi 3. Memiliki masalah ketegangan otot dan masalah stres 4. Mengalami kecemasan (Anxietas) 5. Mengalami gangguan sistem muskuloskeletal yaitu nyeri sendi
Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"> 1 Mengalami keterbatasan gerak, misalnya tidak bisa menggerakkan badan 2 Lansia yang mengalami perawatan tirah baring (<i>bed rest</i>) 3 Penyakit jantung berat/akut 4 Gangguan pernafasan, seperti Asma dan Dispnea
Prosedur Kerja	<ol style="list-style-type: none"> i. Alat dan Bahan <ol style="list-style-type: none"> 1. Kursi atau Kasur 2. Bantal 3. Jam dinding 4. Lingkungan yang tenang dan sunyi nyaman Tahap Pra-Interaksi ii. Tahap Pra-Interaksi <ol style="list-style-type: none"> 1 Melakukan verifikasi kebutuhan keluarga/klien untuk latihan relaksasi otot progresif 2 Mencuci tangan 3 Menyiapkan peralatan latihan relaksasi otot progresif dengan sistematis dan rapi iii. Tahap Orientasi <ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan salam sebagai pendekatan terapeutik 2. Menjelaskan tujuan, kontrak waktu dan prosedur tindakan pada klien / keluarga 3. Menanyakan persetujuan dan kesiapan pasien sebelum prosedur dilakukan iv. Tahap Kerja <ol style="list-style-type: none"> 1. Mencuci tangan 2. Posisikan tubuh pasien secara nyaman yaitu dengan berbaring lalu mata tertutup menggunakan bantal di bawah kepala dan lutut atau duduk di kursi dengan kepala ditopang, hindari dengan posisi berdiri 3. Lepaskan semua aksesoris yang digunakan seperti kacamata, sepatu, sabuk dan jam tangan 4. Melonggarkan ikat pinggang, longgarkan dasi atau hal lain yang sifatnya mengikat ketat.
Gerakan 1	<p>Ditujukan untuk melatih otot tangan</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Lakukan pernafasan perut, kemudian hembuskan perlahan. Saat menghembuskan nafas bayangkan bahwa ketegangan yang berada dalam

- tubuh mulai rileks mengalir pergi.
- b. Genggam tangan kiri sambil membuat kepalan
 - c. Buat kepalan semakin kuat sambil merasakan sensasi ketegangan yang terjadi.
 - d. Ketika kepalan tangan dilepaskan, pasien dipandu untuk merasakan rileks dalam 10 detik
 - e. Lakukan gerakan pada tangan kiri dengan dilakukan dua kali sehingga pasien dapat membedakan perbedaan antara ketegangan otot dan keadaan relaks yang dialami.
 - f. Prosedur serupa juga lakukan pada tangan sebelah kanan.

Gerakan 2 : Ditujukan untuk melatih otot tangan bagian belakang yaitu dengan meluruskan lengan kemudian tumpukan pergelangan tangan kemudian tarik telapak tangan hingga menghadap ke depan. Lakukan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik. Saat tangan di relakkan bayangkan bahwa ketegangan dan nyeri yang berada dalam tubuh mulai rileks mengalir pergi.

Gerakan 3 : Ditujukan untuk melatih otot biseps dan trispes (otot besar pada bagian atas pangkal lengan).

- a. Genggam kedua tangan sehingga menjadi kepalan
- b. Kemudian membawa kedua kepalan ke pundak sehingga otot biseps akan menjadi tegang.
- c. Kencangkan otot trisep dengan memperpanjang lengan dan mengunci siku . Tahan dan kemudian rilekskan. Lakukan gerakan serupa sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik. Saat otot dirilekskan rasakan sensasi rileks dan bayangkan bahwa nyeri mengalir pergi.

Gerakan 4: Ditujukan untuk melatih otot bahu supaya mengendur rileks

- a. Mengangkat kedua bahu setinggi-setingginya seakan-akan bahu dibawa menyentuh kedua telinga.
- b. Fokus perhatian gerakan ini adalah kontras ketegangan yang terjadi di bahu, leher dan punggung atas. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik. Saat bahu kembali kekeadaan semula bayangkan nyeri dan ketegangan mengalir pergi dan rasakan rileks pada area bahu, leher dan punggung atas.

Gerakan 5 : Ditujukan untuk melemaskan otot dahi

- a. Mengerutkan dahi dan alis sampai otot-ototnya terasa dan kulitnya keriput.
- b. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik. Saat dahi dan alis kembali kekeadaan semula bayangkan otot-otot dahi dan alis merasakan rileks dan ketegangan serta nyeri mengalir pergi.

Gerakan 6 : Bertujuan melemaskan otot mata

- a. Tutup rapat dan keras mata sehingga dapat dirasakan ketegangan disekitar mata dan otot-otot yang mengendalikan gerakan mata.
Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik. Saat mata di buka bayangkan otot-otot mata merasakan rileks dan ketegangan serta nyeri mengalir pergi.

Gerakan 7 : Ditujukan melemaskan otot rahang

- a. Dianjurkan untuk mengendurkan ketegangan yang dialami oleh otot rahang, dengan cara katupkan rahang, di ikuti dengan menggigit gigi sehingga terjadi ketegangan di sekitar otot rahang.

- b. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik. Saat gigi kembali kekeadaan semula bayangkan ketegangan pada rahang merasakan rileks dan nyeri mengalir pergi.

Gerakan 8 : Bertujuan mengendurkan otot-otot sekitar mulut

- a. Bibir dicucukan sekuat-kuatnya sehingga akan dirasakan ketegangan disekitar mulut.
- b. Saat bibir kembali kekeadaan semula rasakan rileksnya dari ketegangan dan bayangkan ketegangan serta nyeri mengalir pergi. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik.

Gerakan 9 : Bertujuan untuk merilekskan otot-otot leher bagian belakang

- a. Gerakan diawali dengan otot leher bagian belakang lalu kemudian otot leher bagian depan
- b. Letakkan kepala hingga dapat beristirahat
- c. Tekan kepala perlahan pada permukaan bantalan kursi sedemikian rupa sehingga dapat merasakan ketegangan di bagian belakang leher dan punggung bagian atas.
- d. Saat kepala akan kembali kekeadaan semula rasakan ketegangan pada otot leher bagian belakang menjadi lebih rileks dan bayangkan nyeri mengalir pergi dan tubuh akan menjadi semakin rileks. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik.

Gerakan 10 : Ditujukan untuk melatih otot leher bagian depan

- a. Membawa atau menundukan kepala ke muka
- b. Kemudian pasien diminta untuk membenamkan dagu ke dadanya, sehingga dapat merasakan ketegangan di daerah leher bagian muka
- c. Saat kepala akan kembali kekeadaan semula rasakan ketegangan pada otot leher bagian depan menjadi lebih rileks dan bayangkan nyeri mengalir pergi dan tubuh akan menjadi semakin rileks.
- d. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik.

Gerakan 11 : Ditujukan untuk melatih otot punggung

- a. Angkat tubuh dari sandaran kursi
- b. Punggung dilengkungkan
- c. Busungkan dada, tahan kondisi tegang selama 10 detik, kemudian rileks.
- d. Saat rileks, letakkan anggota tubuh kembali ke kursi sambil membiarkan otot menjadi lemas.
- e. Saat tubuh akan kembali kekeadaan semula rasakan ketegangan pada otot punggung menjadi lebih rileks dan bayangkan nyeri mengalir pergi dan tubuh akan menjadi semakin rileks.
- f. Lakukan gerakan sebanyak 2 kali dalam hitungan 10 detik.

Gerakan 12 : Ditujukan untuk melemaskan otot dada

- a. Tarik nafas 72ambal72 untuk mengisi paru-paru dengan udara bersih sebanyak banyaknya
- b. Posisi ini ditahan selama 10 detik 72ambal merasakan ketegangan yang di bagian dada kemudian turunkan ke perut

- c. Saat ketegangan dilepas, lakukan nafas normal dengan lega
- d. Ulangi sekali lagi , sehingga dapat dirasakan perbedaan antara kondisi tegang dan rileks.
- e. Saat menghembuskan nafas bayangkan ketegangan serta nyeri di tubuh mengalir pergi

Gerakan 13 : Ditujukan untuk melatih otot otot perut

- a. Tarik nafas kuat perut ke dalam
- b. Tahan sampai perut menjadi kencang dan keras. Setelah 10 detik dilepaskan bebas, kemudian diulang kembali seperti gerakan awal untuk perut ini.
- c. Saat menghembuskan nafas bayangkan ketegangan serta nyeri di tubuh mengalir pergi.

Gerakan 14 -15 : Yang bertujuan untuk melatih otot otot kaki seperti paha dan betis

- a. Luruskan kedua belah telapak kaki sehingga otot paha terasa tegang
 - b. Dilanjutkan dengan mengunci lutut sedemikian sehingga ketegangan otot paha pindah ke otot-otot betis
 - c. Tahan posisi tegang selama 10 detik lalu dilepas lakukan sebanyak 2 kali.
 - d. Ulangi setiap gerakan masing masing dua kali
 - e. Saat kaki hendak kembali kekeadaan semula bayangkan ketegangan serta nyeri pada kaki dan sendi mengalir pergi dan bayangkan tubuh menjadi semakin rileks.
-
- 5. Bereskan alat
 - 6. Cuci tangan
-
- v. Tahap Terminasi
 - 1. Mengevaluasi hasil tindakan dan respon klien
 - 2. Menjelaskan bahwa tindakan sudah selesai dilakukan pada klien/keluarga dan pamit
 - 3. Mendokumentasikan



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

● Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 ● fikes.umb.ac.id ● (0736) 22765
 ● fikes@umb.ac.id ● (0736) 26161

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
 Nomor : 508/KEP/DF.05/II.3.AU/2025

TENTANG

PENUNJUKAN TIM PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR NERS
MAHASISWA PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
Bismillahirrahmanirrahim

- DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
- Menimbang : 1. Bahwa Ujian Karya Ilmiah Akhir (KIA) Ners pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan adalah merupakan kegiatan kurikuler yang harus dilaksanakan
 2. Bahwa untuk kelancaran pelaksanaan Ujian KIA Ners tersebut perlu penunjukan tim penguji
 3. Bahwa untuk penunjukan tim penguji ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
 2. Undang-Undang Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi
 3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014 tentang penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
 4. Kepmendiknas Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Perguruan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa
 5. Kepmendiknas Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi
 6. Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan tinggi Nomor 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
 7. Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor 02/PED/1.0/B/2012 Tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah
 8. Statuta Universitas Muhammadiyah Bengkulu

MEMUTUSKAN

Menetapkan :
 Pertama : Menunjuk Tim Penguji KIA Ners Fakultas Ilmu Kesehatan yang namanya tercantum dibawah ini :

Nama	Program Studi	Judul	Penguji
Dwi Fitri Yunita 2414901024	Profesi Ners	Asuhan Keperawatan Gerontik Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Pemenuhan Gangguan Rasa Nyaman Pada Lansia Arthritis Reumatoid Di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa.	Ns. Fatsiwi Nunik.A.,S.Kep.,M.Kep Ns. Bagus Andrianto.,S.Kep.,M.Kep

- Kedua : Bila salah seorang tim penguji tidak dapat melaksanakan tugas karena sakit atau hal lain, maka sebagai penggantinya ditunjuk langsung oleh dekan
 Ketiga : Ujian dilaksanakan secara lisan oleh tim penguji
 Keempat : Semua biaya yang timbul dengan ujian KIA Ners ini dibebankan kepada mahasiswa yang telah termasuk dalam SPP Program Profesi Ners
 Kelima : Pengumuman lulus/tidak lulus akan diumumkan melalui Fakultas dengan SK Yudisium
 Keenam : Keputusan berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan selesainya tugas tim penguji.
 Ketujuh : Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Tembusan Yth. :

1. LLDIKTI Wilayah II
2. Rektor UM Bengkulu
3. Bendahara UM Bengkulu
4. Mahasiswa yang bersangkutan

DITETAPKAN DI : BENGKULU
 PADA TANGGAL : 13 Juni 2025

4 Dekan,

Eva Oktaviani
Dr. Eva Oktaviani, M.Si
 NIP. 19681005 199402 2 002



PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jalan Batang Hari No.108, Kelurahan Tanah Patah, Kecamatan Ratu Agung, Kota Bengkulu
 Website: <https://dpmpstp.bengkuluprov.go.id> | Email: dpmpstp@bengkuluprov.go.id

BENGKULU 38224

REKOMENDASI

Nomor : 583/82.650/719/DPMPSTP-P.4/2025

TENTANG PENELITIAN

- Dasar :
1. Peraturan Gubernur Bengkulu Nomor 13 Tahun 2022 Tentang Pendelegasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Risiko dan Non perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
 2. Surat Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 596-IP/DF.05-UMB/2025, Tanggal 20 Juni 2025 Perihal Rekomendasi Penelitian. Permohonan diterima tanggal 23 Juni 2025.

Nama / NPM	: DWI FUTRI YUNITA / 2414901024
Pekerjaan	: Mahasiswa
Maksud	: Melakukan Penelitian
Judul Proposal Penelitian	: Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif untuk Pemenuhan Gangguan Rasa Nyaman pada Lansia Arthritis Reumatoid di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa
Daerah Penelitian	: Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu
Waktu Penelitian/Kegiatan	: 23 Juni 2025 s.d 23 Juli 2025
Penanggung Jawab	: Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Dengan ini merekomendasikan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/Bupati/Walikota Cq.Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik atau sebutan lain setempat.
- b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu.
- d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya



Ditetapkan di : Bengkulu
 Pada tanggal : 23 Juni 2025
 PII. KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 PROVINSI BENGKULU



Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu
2. Kepala Dinas Sosial Provinsi Bengkulu
3. Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu
4. Yang bersangkutan



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS SOSIAL**

Jalan Basuki Rahmat Nomor 04 Kota Bengkulu
Telp. (0736) 23253 Website <https://dinsos.bengkuluprov.go.id>
email : dinsosprovengkulu@gmail.com

REKOMENDASI

Nomor : B.000.9.2/24/Dinsos.II/2025

TENTANG PENELITIAN

- Dasar :
1. Surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu nomor : 596-IP/DF.05-UMB/2025 tanggal 20 Juni 2025 hal Permohonan Rekomendasi Izin Penelitian.
 2. Surat Rekomendasi Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bengkulu Nomor : 503 / 82.650 / 719 / DPMPSTP-P.4 / 2025 tanggal 23 Juni 2025 tentang Penelitian

Nama / NPM	:	DWI FUTRI YUNITA / 2414901024
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Maksud	:	Melakukan penelitian
Judul Proposal penelitian	:	Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif untuk Pemenuhan Gangguan Rasa Nyaman pada Lansia Artritis Reumatoid di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu Tahun 2025
Daerah penelitian	:	Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu
Waktu penelitian/Kegiatan	:	23 Juni 2025 s.d 23 Juli 2025
Penanggung Jawab	:	Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Dengan ini merekomendasikan penelitian yang akan di adakan dengan ketentuan

- a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu.
- b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku
- c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu
- d. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat Rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Bengkulu
pada tanggal : 10 Juli 2025

Kepala Dinas Sosial Provinsi Bengkulu,



SWIFANEDI YUSDA, S. Hut
Pembina Tingkat I / IV b
NIP. 197608152008041001



Dipindai dengan CamScanner



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS SOSIAL
UPTD PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA PAGAR DEWA**

Jalan Adam Malik KM. 9 BengkuluTelp. (0736) 26403
Website : <http://dinsos.bengkuluprov.go.id> email : bengkulupstw@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : B.400.9.6/38/Dinsos.VI.1/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

- a. Nama : TIMOR DIYANTO, S.H., M.Si
b. Jabatan : Kepala UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa

dengan ini menerangkan bahwa :

- a. Nama/NPM : **DWI FUTRI YUNITA** /NPM. 2414901024
b. Prodi : Profesi Ners Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu
c. Judul Penelitian : Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Pemenuhan Gangguan Rasa Nyaman Pada Lansia *Arthritis Reumatoid* di UPTD Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Bengkulu Tahun 2025
d. Waktu Penelitian : Tanggal 10 Juli s.d. 18 Juli 2025

Demikian Surat Keterangan Selesai Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 18 Juli 2025

Kepala UPTD Panti Sosial Tresna Werdha
Pagar Dewa,



TIMOR DIYANTO, S.H., M.Si
Pembina/ IV.a
NIP. 198102052005021003

DOKUMENTASI

Hari pertama

Pasien 1 dan 2 satu wisma
melakukan gerakan menekuk siku

Pasien 3
Melakukan gerakan meluruskan kaki



Hari kedua

Pasien 1,2,3 gerakan menarik napas dalam dan
menggingit sekenjang-kencangnya



Hari Ketiga

Pasien 1,2,3 melakukan gerakan mengepalkan jari-jari tangan
terapi relaksasi otot progresif bersama di wisma kenanga.

