

KARYA TULIS ILMIAH

**STUDI LITERATUR : ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA
GANGGUAN AKTIVITAS DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS**



Oleh :
LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH
17613068

**PRODI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2020**

**ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA GANGGUAN AKTIVITAS
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS**

STUDI LITERATUR

Diajukan kepada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
Keperawatan



Oleh :
LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH
17613068

**PRODI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH
Judul : STUDI LITERATUR ASUHAN KEPERAWATAN
LANSIA GANGGUAN AKTIVITAS DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI
AKTIVITAS


Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah Studi
Literatur pada Tanggal: 18 Agustus 2020

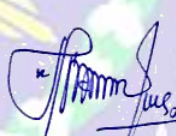


Oleh :

Pembimbing I


Pembimbing II


Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep.Ns.,M.Kes
NIDN. 0731038002


Rika Maya Sari, S.Kep.Ns.,M.Kes
NIDN. 0711068503

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo




Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns.,M.Kes
NIDN. 0715127903

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis oleh : LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH
Judul : STUDI LITERATUR ASUHAN KEPERAWATAN
LANSIA GANGGUAN AKTIVITAS DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI
AKTIVITAS

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang di Program Diploma
III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Tanggal : 18 Agustus 2020

Tim Penguji

Ketua : Laily Isroin, S.Kep.Ns.,M.Kep
Anggota : 1. Lina Ema Purwanti, S.Kep.Ns.,M.Kep
2. Rika Maya Sari, S.Kep.Ns.,M.Kes

Tanda Tangan



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns.,M.Kes

NIDN. 0715127903

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH

Nim : 17613068

Instansi :Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah Studi Literatur yang berjudul
**“Studi Literatur: Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Aktivitas Dengan
Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas”** adalah bukan Karya Tulis Ilmiah:
Studi Literatur orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam
bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan
apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sangsi.

Ponorogo, 13 Agustus 2020

Yang menyatakan



LAYLATUL DEWI A.K.K
17613068

ABSTRAK

STUDI LITERATUR ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA GANGGUAN AKTIVITAS DENGAN MASALAH KEPERAWATAN INTOLERANSI AKTIVITAS

Oleh:

LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH

NIM: 17613087

Masalah yang sering dijumpai pada lanjut usia adalah gangguan aktivitas. Aktivitas adalah suatu energi atau keadaan bergerak dimana manusia memerlukan untuk dapat memenuhi kebutuhan hidup. Kemampuan aktivitas seseorang tidak terlepas dari keadekuatan sistem persarafan dan musculoskeletal. Salah satu masalah keperawatan yang muncul yaitu intoleransi aktivitas. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi intoleransi aktivitas yaitu dengan latihan fisik senam dan olahraga pada lansia. Penelitian ini bertujuan menganalisis intervensi yang tepat pada lansia gangguan aktivitas dengan masalah intoleransi aktivitas.

Metode dalam penelitian ini adalah studi literature dengan menggunakan data sekunder dari hasil jurnal terdahulu. Hasil penelusuran studi literature merujuk pada pemberian latihan senam dan olahraga pada lansia sebagai salah satu intervensi dalam mengatasi masalah intoleransi aktivitas. Latihan fisik enam lansia dan olahraga sangat efektif dilakukan untuk mengatasi intoleransi aktivitas pada lansia akibat kelemahan atau pun gaya hidup yang kurang gerak. Dengan dilakukannya olahraga senam rutin pada lansia akan meningkatkan aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia dan meningkatkan kebugaran jasmani pada lansia.

Kata kunci: Lanjut Usia, kebugaran aktivitas fisik, senam lansia

ABSTRACT

STUDY OF LITERATURE NURSING ACTIVITIES WITH NURSING PROBLEMS ACTIVITY INTOLERANCE

by:

LAYLATUL DEWI AYU KHUSNUL KHASANAH
NIM: 17613087

Problem that is often found in the elderly is disruption of activity. Activity is an energy or a moving state where humans need to be able to meet the needs of life. The ability of one's activity is inseparable from the adequacy of the nervous system and musculoskeletal. One of the nursing problems that arises is activity intolerance. Efforts that can be made to overcome activity intolerance are physical exercise and exercise in the elderly. Porpus of this study aims to analyze appropriate interventions in the elderly with disruption of activity with the problem of activity intolerance.

Method in this research is literature study using secondary data from the results of previous journals. The search results of literature studies refer to the provision of exercise and exercise to the elderly as one of the interventions in overcoming the problem of activity intolerance. Physical training and sports are very effective to overcome activity intolerance in the elderly due to a sedentary lifestyle. By doing regular exercise in the elderly will increase physical activity that can be done by the elderly and improve physical fitness in the elderly.

Keywords: *Elderly, Physical activity fitness, Sport*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur kehadiart Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal yang berjudul “Asuhan Keperawatan Lansia Gangguan Aktivitas Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas”. Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini tidak akan terlaksana sebagaimana yang diharapkan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, asuhan serta dorongan. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Happy Susanto, MA selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan ijin sehingga memperlancar penyusunan Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini.
2. Bapak Sulisty Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan ijin sehingga memperlancar penyusunan Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini.
3. Ibu Rika Maya Sari, S.Kep.Ns., M.Kes. selaku Kaprodi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberi kemudahan dan ijin sekaligus pembimbing II yang telah memberikan

bimbingan, arahan, motivasi, saran, kritik, waktu, dan tenaga serta dengan sabar memberi banyak bantuan dan kemudahan kepada penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini dapat terselesaikan dengan baik.

4. Bapak Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep.Ns., M.Kes. selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, saran, kritik, waktu, dan tenaga serta dengan sabar memberi banyak bantuan dan kemudahan kepada penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. UPT Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan sarana dalam penyediaan literatur sebagai pendukung untuk terselesainya Karya Tulis Ilmiah Studi Literatur ini.
6. Seluruh dosen pengajar, staff dan karyawan fakultas ilmu kesehatan khususnya dosen pengajar jurusan DIII Keperawatan. Terima kasih ilmu-ilmu yang telah diberikan kepada saya yang nantinya menjadi bekal saya dalam dunia kerja maupun dunia akademik lainnya.
7. Kedua orangtua saya dan keluarga besar yang telah membimbingku dengan penuh kasih sayang, penuh perjuangan, dan pengorbananmu tanpa pamrih. Terimakasih telah memberikan semangat, dukungan baik moral maupun material dan selalu mendoakan sehingga Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Rekan-rekan seperjuangan 3B DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Angkatan 2017 dan sahabat-sahabat saya tercinta yang telah memberi semangat, motivasi, dan tiada bosannya

meningkatkan saya agar segera menyelesaikan Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini.


9. Semua pihak atas bantuan dalam penyelesaian Tugas Akhir Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini. Semoga Allah SWT memberikan imbalan atas kebaikan serta ketulusan yang telah mereka berikan.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga diharapkan adanya kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah: Studi Literatur ini 1 ini.

Walaikumsalam Wr. Wb.

Ponorogo , 19 Juli 2020

Yang menyatakan,


Laylatul Dewi A.K.K.
NIM : 17613068

DAFTAR ISI

SAMPUL JUDUL BELAKANG	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat	Error! Bookmark not defined.
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2. 1 Konsep Dasar Lansia	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Lansia	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Proses Menua	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Proses Menua.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Batasan Lansia	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Perubahan-perubahan pada lansia	Error! Bookmark not defined.

2.1.6 Kebutuhan Dasar Manusia	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Gangguan Aktivitas	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Etiologi	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Manifestasi Klinis	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Patofisiologi	Error! Bookmark not defined.
2.2.5 Faktor yang berhubungan Aktivitas	Error! Bookmark not defined.
2.2.6 Komplikasi pada Gangguan Aktivitas...	Error! Bookmark not defined.
2.2.7 Pemeriksaan Penunjang Gangguan Aktivitas	Error! Bookmark not defined.
2.2.8 Penatalaksanaan Gangguan Aktivitas ...	Error! Bookmark not defined.
2.2.9 Pathway	Error! Bookmark not defined.
2.3 Konsep Intoleransi Aktivitas	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.3.2 Etiologi	Error! Bookmark not defined.
2.3.3 Tanda dan gejala	Error! Bookmark not defined.
2.3.4 Pemeriksaan penunjang	Error! Bookmark not defined.
2.4 Konsep Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.4.1 Definisi Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.4.2 Jenis Aktivitas Fisik pada Lansia	Error! Bookmark not defined.
2.4.3 Tipe-tipe Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.5 Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik	Error! Bookmark not defined.
2.5.1 Pengkajian	Error! Bookmark not defined.
2.5.2 Diagnosa Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
2.5.3 Rencana Asuhan Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
2.5.4 Implementasi	Error! Bookmark not defined.

2.5.5 Evaluasi	Error! Bookmark not defined.
2.6 Hasil Analisis	Error! Bookmark not defined.
2.7 Dalam Segi Keislaman.....	Error! Bookmark not defined.
2.8 Hubungan Antar Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
BAB 3 METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Metode Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.3 Waktu	Error! Bookmark not defined.
BAB 4 PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
BAB 5 KESIMPULAN.....	Error! Bookmark not defined.
5.1 Simpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2 Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

Table 2.1 Pengkajian Aktivitas **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2.2 Intervensi Asuhan Keperawatan **Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pohon Masalah Gangguan Aktivitas **Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2.2 Hubungan antar konsep **Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Buku Kegiatan Bimbingan **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 2: Jurnal Pendukung..... **Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR SINGKATAN

ADL	: <i>Activity of Daily Living</i>
ADH	: <i>Anti Diuretic Hormone</i>
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
DEPKES	: Departemen Kesehatan
DNA	: <i>Deoxyribonucleic Acid</i>
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
Lansia	: Lanjut Usia
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
REM	: <i>Rapid Eye Movement sleep</i>
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
UPT PSTW	: Unit Pelaksana Teknis Panti Sosial Tresna Werdha
WHO	: <i>World Health Organization</i>



