

**PENGARUH LATIHAN ISOTONIK DAN ISOMETRIK TERHADAP
PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST OPERASI FRAKTUR
EKSTERMITAS ATAS DI RSUD ULIN BANJARMASIN
TAHUN 2018**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Kelulusan
Pada Program Studi S.1 Keperawatan**

**OLEH :
PUSPITA WULANDARI
NPM. 1614201120592**

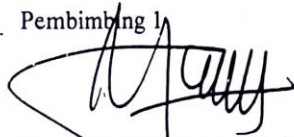
**FAKULTAS KEPERAWATAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S.1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
BANJARMASIN, 2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini berjudul Pengaruh Latihan Isotonik Dan Isometrik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas Atas Di RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2018, yang dibuat oleh Puspita Wulandari, NPM: 1614201120592, telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing, dan akan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Seminar Hasil Skripsi Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

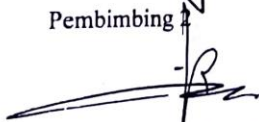
Banjarmasin, 10 Juli 2018

Pembimbing 1



Yosra Sigit Pramono, Ns., M.Kep
NIDN. 1116088901

Pembimbing 2



Irfan Maulana, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB
NIDN. 19770218 200003 1004

Mengetahui,
Kaprodik S.1 Keperawatan



Hj. Ruslinawati, Ns., M.Kep
NIDN. 1107097801

PENGESAHAN SKRIPSI

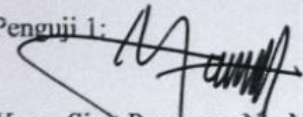
Skripsi ini oleh:

Nama : Puspita Wulandari
NPM : 1614201120592
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Isotonik Dan Isometrik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstermitas Atas Di RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2018

Telah melaksanakan ujian skripsi pada tanggal 10 Juli 2018, dan dinyatakan berhasil mempertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

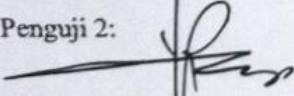
DEWAN PENGUJI:

Penguji 1:


Yosra Signi Pramono, Ns., M.Kep
NIDN: 1116088901

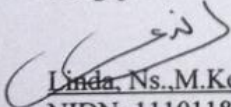
(Pimpinan sidang)

Penguji 2:


Irfan Maulana, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB
NIP: 19770218 200003 1004

(Anggota)

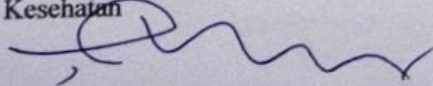
Penguji 3:


Linda, Ns., M.Kep
NIDN: 1110118403

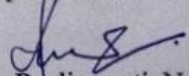
(Anggota)

Mengesahkan di : Banjarmasin
Tanggal : 18 Juli 2018

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keperawatan dan Ilmu
Kesehatan


M. Syafwani, S.Kp., M.Kep., Sp.Jiwa
NIDN. 1110097101

Ketua Program Studi S.1
Keperawatan


Hj. Ruslinawati, Ns., M.Kep
NIDN. 1107097801

PERNYATAAN ORISINALITAS

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh.

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Puspita Wulandari
NPM : 1614201120592
Prodi : S.1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini merupakan hasil karya cipta saya sendiri dan bukan flagiat, begitu pula hal yang terkait didalamnya, baik mengenai isinya, sumber yang dikutip/dirujuk, maupun teknik dalam pembuatan dan penyusunan skripsi ini.

Pernyataan ini akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya, apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya cipta saya atau flagiat atau jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut berdasarkan UU No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 25 (2) dan Pasal 70.

Dibuat di : Banjarmasin,
Pada Tanggal : Maret 2018

Saya yang Menyatakan,


(Puspita Wulandari)

Kutipan UU No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional:

Pasal 25 (2) : Lulus perguruan tinggi yang karya ilmiahnya digunakan untuk memperoleh gelar akademik, profesi, atau vokasi terbukti merupakan jiplakan akan dicabut gelarnya.

Pasal 70 : Lulusan Perguruan Tinggi yang karya ilmiahnya digunakan untuk mendapatkan gelar akademik, profesi, atau vokasi sebagaimana dimaksud dalam pasal 25 (2) terbukti merupakan jiplakan dipidana dengan pidana penjara paling lama dua tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 200.000.000 (duaratus juta rupiah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : Puspita Wulandari
NPM : 1614201120592
Prodi : S.1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

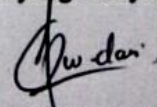
Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan **Hak Bebas Royalti** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh Latihan Isotonik dan Isometrik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas Atas Di RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2018”.

Dengan adanya hak bebas royalti ini maka, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan *editing*, mengalihkan ke format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa *data base*, serta melakukan publikasi tugas akhir saya ini dengan pertimbangan tetap mencantumkan nama penulis/pencipta dengan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan).
Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Banjarmasin
Pada tanggal : 10 Juli 2018

Saya yang menyatakan,



Puspita Wulandari

**PROGRAM STUDI S.1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN ILMU KESEHATAN**

Skripsi, Juli 2018

**PUSPITA WULANDARI
1614201120592**

**PENGARUH LATIHAN ISOTONIK DAN ISOMETRIK TERHADAP PENURUNAN
NYERI PADA PASIEN *POST* OPERASI FRAKTUR EKSTERMITAS ATAS DI
RSUD ULIN BANJARMASIN TAHUN 2018**

ABSTRAK

Latar Belakang: Fraktur merupakan terputusnya kontinuitas jaringan tulang yang umumnya disebabkan oleh rudapaksa

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh latihan isotonik dan isometrik terhadap penurunan nyeri pada pasien *post* operasi fraktur ekstermitas atas di RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2018

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif quasi eksperimental dengan desain *pre-post test* dan teknik pengambilan sampel dengan *accidental sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 14 orang dan terbagi menjadi 7 responden kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, pengisian lembar observasi dan dianalisis dengan menggunakan uji *Paired Simple t-test* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$

Hasil Penelitian: Adanya pengaruh latihan isotonik dan isometrik terhadap penurunan nyeri pada pasien *post* operasi fraktur ekstermitas atas di RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2018 dengan nilai $p = 0,009 < \alpha (0,05)$.

Kata kunci: Latihan Isotonic Dan Isometric, Nyeri, Post Operasi Fraktur Ekstermitas Atas

Daftar rujukan 28 (2005-2017)

**NURSING STUDY PROGRAMS S.1
FACULTY OF NURSING AND HEALTH SCIENCE**

Thesis, July 2018

**PUSPITA WULANDARI
1614201120592**

**THE EFFECT OF ISOTONIC AND ISOMETRIC EXERCISE TO DECREASE OF
PAIN IN POST POST OPERATING OPTION FRACTURING IN ULIN
BANJARMASIN IN 2018**

ABSTRACT

Background: Fracture is a breakdown of bone tissue contamination that is generally caused by injury

Research Objectives: To determine the effect of isotonic and isometric exercise on the decrease of pain in postoperative patient of upper ekstermitas fracture at RSUD Ulin Banjarmasin Year 2018

Method: This research uses quantitative quasi experimental method with pre-post test design and sampling technique with accidental sampling. The number of samples in this study as many as 14 people and divided into 7 respondents treatment groups and control groups. Technique of collecting data using observational method, filling of observation sheet and analyzed by using Paired Simple t-test with significance level $\alpha = 0,05$

Result of the research: The effect of isotonic and isometric exercise on the decrease of pain in postoperative patient of upper ekstermitas fracture at RSUD Ulin Banjarmasin Year 2018 with value $p = 0,009 < \alpha (0,05)$.

Keywords: Isotonic and Isometric Exercise, Pain, Post Operation Top Excessity Fracture

Reference list 28 (2005-2017)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah, Segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan karuniaNya yang tiada pernah berhenti dicurahkan kepada semua hamba- Nya yang mau berdoa dan berusaha tiada henti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Isotonik Dan Isometrik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstermitas Atas di RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2018”. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Putra Abdullah, manusia terbaik sepanjang sejarah Muhammad SAW yang telah membawa manusia kepada peradaban penuh ilmu.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana dalam Program Studi S1 Keperawatan pada Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. Atas bantuan, pertolongan, bimbingan, serta doa yang diberikan dari berbagai pihak, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Ahmad Khairuddin, M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
2. Bapak Muhammad Syafwani, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Jiwa, selaku Dekan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.
3. Ibu Hj. Ruslinawati, Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi S.1 Keperawatan Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
4. Bapak Yosra Sigit Pramono, Ns., M.Kep selaku Pembimbing I dan penguji I yang selalu memberikan bimbingan dan pengarahan sampai selesainya penulisan skripsi ini.

5. Bapak Irfan Maulana, Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.MB selaku Pembimbing II dan penguji II yang selalu memberikan bimbingan dan pengarahan sampai selesainya penulisan skripsi ini.
6. Ibu Linda, Ns.,M.Kep selaku penguji III yang telah bersedia menguji dan memberikan arahan serta masukannya.
7. Direktur RSUD Ulin Banjarmasin beserta seluruh staf yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh Dosen Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang telah membantu untuk lancarnya segala urusan skripsi ini.
9. Seluruh staf karyawan dan karyawan perpustakaan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang telah memberikan pelayanan khususnya hal-hal yang berkenaan dengan peminjaman buku-buku yang diperlukan penulis.
10. Seluruh responden yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian ini sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
11. Ayahanda Nanang Hartono dan Ibunda Aida Rusdiana, saudaraku Nanda Wicaksono dan Andrio Yoang Mahardika serta seluruh anggota keluarga yang telah menjadi spirit utama penulis, dengan sepenuh hati memberikan dukungan, semangat dan pengorbanan, baik moril atau pun materil dengan penuh keikhlasan, diiringi ketulusan doa mulai dari mengawali studi sampai akhir di Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.
12. Terima kasih kepada Tri Handayani, Sri Maulida, Shirley Devi dan teman-teman yang membantu, mendukung, dan memberikan masukan positif yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
13. Teman-teman S1 Keperawatan Ners A Kelas C yang selalu hadir memberikan semangat dalam kebersamaan.

14. Teman-teman satu payung yang saling merangkul satu sama lain dalam menyelesaikan skripsi ini baik suka maupun duka tetap bersama menghadapi dengan suka hati.

Penulis hanya dapat memanjatkan doa, semoga Allah SWT senantiasa memberikan limpahan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka yang telah membantu penulis dengan tulus ikhlas.

Akhirnya penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh sempurna, dengan kerendahan hati penulis mengharapkan masukan yang bersifat membangun guna perbaikan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Aamiin.

Billahi Fii Sabililhaq Fastabiqul Khairat

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Banjarmasin, Juli 2018

Puspita Wulandari

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PROPOSAL SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS PENELITIAN	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
 BAB 1 PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Penelitian Terkait	5
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
2.1 Konsep Fraktur	8
2.2 Konsep Latihan Isotonik Dan Isometrik	23
2.3 Konsep Nyeri.....	27
2.4 Kerangka Teori	38
2.5 Kerangka Konsep.....	39
2.5 Hipotesis.....	39
 BAB 3 METODE PENELITIAN	 40
3.1 Desain Penelitian.....	41
3.2 Definisi Operasional	42
3.3 Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	42
3.4 Tempat Dan Waktu Penelitian.....	42
3.5 Alat Pengumpul Data	44
3.7 Teknik Analisa Data.....	45
3.8 Etika Penelitian	46
 BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	 48
4.1 Analisa Univariat.....	53
4.2 Analisa Bivariat.....	56

4.3 Pembahasan.....	59
4.4 Keterbatasan Penelitian	64
4.5 Implikasi Hasil Penelitian Dalam Keperawatan	64
 BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	66
5.1 Kesimpulan	66
5.2 Saran	66
DAFTAR RUJUKAN.	
LAMPIRAN-LAMPIRAN.	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jenis rancangan dan penelitian.....	40
Tabel 3.2 Definisi operasional.....	40
Tabel 3.3 Waktu Penelitian	44
Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan umur	54
Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	55
Tabel 4.3 Skala nyeri responden pada pengukuran <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok latihan isotonik dan isometrik	56
Tabel 4.4 Skala nyeri responden pada pengukuran <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok kontrol.....	58
Tabel 4.5 Analisa skala nyeri <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok latihan isotonik dan isometrik	59
Tabel 4.6 Analisa skala nyeri <i>pre test</i> dan <i>post test</i> pada kelompok kontrol	60
Tabel 4.7 Analisa perbedaan skala nyeri pada kelompok latihan isotonik dan isometrik dan kelompok kontrol	60

DAFTAR SKEMA

Gambar 2.1 Kerangka Teori	30
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. SOP Latihan Isotonik dan Isometrik
- Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4. Lembar Observasi Penelitian Latihan Isotonik dan Isometrik Terhadap Penurunan Nyeri
- Lampiran 5. Lembar Observasi Penelitian Kelompok Kontrol Terhadap Penurunan Nyeri
- Lampiran 6. Tabel Statistik
- Lampiran 7. Uji Normalitas
- Lampiran 8. Hasil Uji Paired Sample t-test
- Lampiran 9. Lembar Konsultasi Pembimbing
- Lampiran 10. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 11. Surat Ijin penelitian
- Lampiran 12. Surat Pengantar Penelitian RSUD Ulin Banjarmasin
- Lampiran 13. Kelayakan Etika Penelitian Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
- Lampiran 14. Kelayakan Etika Penelitian RSUD Ulin Banjarmasin