

Daftar Isi

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penulisan	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus... ..	5
1.4 Manfaat Penulisan	6
1.4.1 Teoritis... ..	6
1.4.2 Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Dasar Musculoskeletal	8
2.1.1 Pengertian Musculoskeletal.....	8
2.1.2 Jenis-Jenis Keluhan Muskuloskeletal... ..	9
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Muskuloskeletal....	10
2.1.4 Anatomi Dan Fisiologi Muskuloskeletal... ..	12
2.2 Konsep Nyeri	14
2.2.1 Pengertian Nyeri... ..	14
2.2.2 Klasifikasi Nyeri... ..	14
2.3 Konsep Lansia	17
2.3.1 Definisi Lansia.....	17
2.3.2 Klasifikasi Lansia... ..	18
2.3.3 Kebutuhan Dasar Lansia... ..	19
2.3.4 Ciri-Ciri Lansia.....	20
2.3.5 Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia.....	21
2.3.6 Masalah Yang Sering Dihadapi Lansia.....	22
2.4 Konsep Penerapan Senam Osteoporosis.....	23
2.4.1 Pengertian Senam Osteoporosis	23
2.4.2 Manfaat Dan Tujuan Senam Osteoporosis.....	23
2.4.3 Ketentuan Latihan Fisik Terapi Osteoporosis	24
2.4.4 Indikasi Senam Osteoporosis	25
2.4.5 Kontraindikasi Senam Osteoporosis... ..	25
2.4.6 Pelaksanaan... ..	26

BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Pendekatan Penelitian.....	29
3.2 Batasan Istilah	29
3.3 Lokasi Dan Waktu.....	30
3.4 Unit Analisis.....	30
3.5 Pengumpulan Data.....	31
3.5.1 Wawancara	31
3.5.2 Observasi.....	31
3.5.3 Studi Dokumentasi.....	31
3.6 Analisa Data.....	32
3.6.1 Pengumpulan Data.....	32
3.6.2 Mereduksi Data.....	32
3.6.3 Penyajian Data.....	32
3.7 Uji Keabsahan Data.....	33
3.8 Etika Penelitian	33
3.8.1 <i>Informed Consent</i>	33
3.8.2 <i>Anonymity dan confidentiality</i>	33
 BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	 34
4.1 Hasil Studi Kasus.....	34
4.1.1 Gambaran Lokasi	34
4.1.2 Gambaran Umum Subjek	35
4.1.3 Pemaparan Studi Kasus	38
4.2 Pembahasan	45
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	47
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 48
5.1 Kesimpulan.....	48
5.1.1 Skala Nyeri Muskuloskeletal Sebelum Senam Osteoporosis...48	
5.1.2 Skala Nyeri Muskuloskeletal Setelah Senam Osteoporosis 48	
5.2 Saran	49
5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan.....	49
5.2.2 Bagi Puskesmas Pekan Heran.....	49
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	49
5.2.4 Bagi Penulis... ..	50
5.2.5 Bagi Responden	50
 DAFTAR PUSTAKA	 51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Defenisi Operasional Studi	30
Tabel 4.1 Data Umum Dan Skala Nyeri Pada Muskuloskeletal Pada Lansia Sebelum Dilakukan Senam Osteoporosis	38
Tabel 4.2 Skala Nyeri Pada Subyek Pertama Saat Implementasi Di Lakukan Nya Senam Osteoporosis	41
Tabel 4.3 Skala Nyeri Pada Subyek Pertama Pada Saat Pengkajian Awal Dan Evaluasi Pemberian Senam Osteoporosis	42
Tabel 4.4 Skala Nyeri Pada Subyek Pertama Saat Implementasi Dilakukan Nya Senam Osteoporosis	44
Tabel 4.5 Skala Nyeri Pada Subyek Pertama Pada Saat Pengkajian Awal Dan Evaluasi Pemberian Senam Osteoporosis	44

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 <i>Numeric Pain Rating Scale</i>	16
--------------------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 2 *Informed Consent*
- Lampiran 3 Surat Izin Pra Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Pra Penelitian
- Lampiran 5 SOP Pengukuran Skala Nyeri
- Lampiran 6 SOP Tindakan Senam Osteoporosis
- Lampiran 7 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi Seminar Proposal
- Lampiran 9 Lembar Revisi Ujian Seminar Proposal
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi Seminar Hasil
- Lampiran 11 Lembar Revisi Ujian Seminar Hasil
- Lampiran 12 Observasi Table Skala Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam Osteoporosis
- Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian Terhadap 2 Subjek Penelitian