

**PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIK *LOW IMPACT*
PADA PASIEN DENGAN HALUSINASI PENDENGARAN
DI RUMAH SAKIT JIWA TAMPAN PROVINSI RIAU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS



**ZILDA ZHARIFAH
NIM.P032214401084**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

**PENERAPAN TERAPI SENAM AEROBIK *LOW IMPACT*
PADA PASIEN DENGAN HALUSINASI PENDENGARAN
DI RUMAH SAKIT JIWA TAMPAN PROVINSI RIAU**

Karya Tulis Ilmiah ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan dalam
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan



**ZILDA ZHARIFAH
NIM.P032214401084**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2025**

BIODATA PENELITIAN



Nama : Zilda Zharifah
Tempat, Tanggal Lahir : Batam, 06 Januari 2004
Agama : Islam
Alamat : Perumahan Graha Suka Makmur
Nama Ayah : Zelmi Putra
Nama Ibu : Lindawati

Riwayat Pendidikan

No	Jenjang Pendidikan	Tempat Pendidikan	Tahun Kelulusan
1	TK TasKIM	Pekanbaru	2010
2	SD Tahfizh Qur'an Umar bin Khattab	Pekanbaru	2016
3	MTS Al-Huda Pekanbaru	Pekanbaru	2019
4	SMA N 2 Tambang	Kampar	2022

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zilda Zharifah

NIM : P032214401084

Program Studi : D-III Keperawatan

Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri,

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 26 Mei 2025

Pembuat Pernyataan



Zilda Zharifah



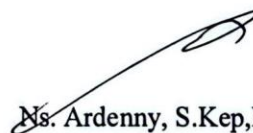
Mengetahui

Pembimbing Utama



Ns. Usraleli.S.Kep.,M.Kep

Pembimbing Pendamping



Ns. Ardenny, S.Kep,M.Kep

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH
DISETUIJUI UNTUK DIUJIKAN
TANGGAL , 26 Mei 2025**

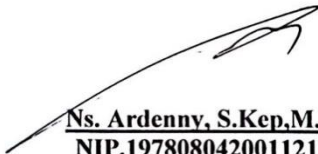
Oleh:

Pembimbing Utama



**Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep
NIP.197402021232322345**

Pembimbing Pendamping



**Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep
NIP.197808042001121002**

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH PENERAPAN SENAM AEROBIK *LOW IMPACT* PADA PASIEN DENGAN HALUSINASI PENDENGARAN DI RUMAH SAKIT JIWA TAMPAN PROVINSI RIAU

Telah Diuji

26 Mei 2025

Tim Penguji

Ketua Penguji

Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 4025077401


(.....)

Anggota Penguji

Penguji 1

Ns. Sri Novita Yuliet, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIDN. 4012078602


(.....)

Penguji 2

Ns. Idayanti, S.Pd., S.Kep., M.Kes
NIDN. 4022106901


(.....)

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes kemenkes Riau


Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH
NIP. 197207141992031003

Ketua Prodi DIII Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Riau


Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep
NIP. 198702192018012001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT karena atas RahmatNya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dalam menempuh ujian akhir di Program Studi Diploma III Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Rully Hevrialni., S.ST., Bdn., M.Keb., MH selaku direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
2. Bapak Ns. Yulianto, S.Kep., M.Pd., MPH selaku ketua jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau
3. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, M.Kep selaku ketua prodi jurusan DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau
4. Ibu Ns. Usraleli, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing utama pada Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing pendamping pada Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Ns. Sri Novita Yuliet, M.Kep., Sp.Kep.Kom. selaku Dosen Penguji I dalam Ujian Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus.
7. Ibu Ns. Idayanti, S.Pd., S.Kep., M.Kes selaku Dosen Penguji II dalam Ujian Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus.

8. Ibu Fathul Jannah, S.Farm., M.Sc., Apt. selaku pembimbing akademik yang telah memberikan motivasi dari awal semester hingga peneliti menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
9. Seluruh Staf Dosen Poltekkes Kemenkes Riau yang tidak bisa disebutkan satu persatu.
10. Kepada orang tua tercinta ayahanda Zelmi Putra dan ibunda Lindawati serta adik saya Muhammad Abdurrahman Ar Rasyid.
11. Kepada sahabat-sahabat saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
12. Serta teman-teman seperjuangan angkatan 2022/2023 Poltekkes Kemenkes Riau yang telah memberikan dukungan, bantuan, saran, dan motivasinya.

Peneliti menyadari Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, saran dan kritikan yang bersifat membangun dari semua pihak sangat diperlukan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini. Peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, 26 Mei 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
BIODATA PENULIS	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian	7
1.3.1. Tujuan Umum	7
1.3.2. Tujuan Khusus	7
1.4. Manfaat Penelitian	7
1.4.1. Manfaat Teoritis	7
1.4.2. Manfaat Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Konsep Halusinasi	9
2.1.1. Definisi Halusinasi	9

2.1.2.	Jenis-Jenis Halusinasi	10
2.1.3.	Etiologi.....	11
2.1.4.	Tanda dan Gejala.....	15
2.1.5.	Fase Halusinasi	16
2.1.6.	Rentang Respon	18
2.1.7.	Pohon Masalah	20
2.1.8.	Penatalaksanaan	20
2.2.	Konsep Dasar Terapi Senam Aerobik <i>Low Impact</i>	23
2.2.1.	Pengertian Terapi Senam Aerobik <i>Low Impact</i>	23
2.2.2.	Manfaat Terapi Senam Aerobik <i>Low Impact</i>	23
2.2.3.	Sistematika Latihan Senam Aerobik <i>Low Impact</i>	24
2.2.4.	Teknik Gerakan Dasar Senam Aerobik <i>Low Impact</i>	Error!
	Bookmark not defined.	
BAB 3	METODE PENELITIAN.....	34
3.1.	Rancangan Studi Kasus.....	34
3.2.	Subyek Studi Kasus	34
3.3.	Fokus Studi	35
3.4.	Definisi Operasional	35
3.5.	Instrumen Penelitian	36
3.6.	Metode Pengumpulan Data.....	37
3.7.	Lokasi dan Waktu Penelitian	37
3.8.	Analisis Data dan Penyajian Data.....	38
3.9.	Etika Penelitian	38
BAB 4	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1.	Hasil Studi Kasus.....	40
4.1.1.	Gambaran Lokasi Studi Kasus	40

4.1.2.	Gambaran Subyek Studi Kasus.....	41
4.1.3.	Gambaran Penerapan Terapi Senam Aerobik Low Impact.....	43
4.1.4.	Gambaran Hasil Pengukuran Skala AHRS	48
4.2.	Pembahasan.....	49
4.3.	Keterbatasan Studi Kasus	52
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....		Error! Bookmark not defined.
5.1.	Kesimpulan	53
5.2.	Saran	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN–LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Fase-Fase Halusinasi.....	17
Tabel 4. 1 Hasil Pretest Menggunakan Skala AHRS.....	48
Tabel 4. 2 Hasil Posttest Menggunakan Skala AHRS	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Bagan pohon masalah halusinasi	20
Gambar 2. 2 Gerakan <i>knee up</i>	27
Gambar 2. 3 Gerakan <i>single step</i>	27
Gambar 2. 4 Gerakan <i>double step</i>	28
Gambar 2. 5 Gerakan <i>leg curl</i>	28
Gambar 2. 6 Gerakan <i>toe touch</i>	29
Gambar 2. 7 Gerakan <i>v step</i>	29
Gambar 2. 8 Gerakan <i>squat</i>	30
Gambar 2. 9 Gerakan <i>bicep curl</i>	30
Gambar 2. 10 Gerakan <i>chest press</i>	31
Gambar 2. 11 Gerakan <i>cross arms</i>	31
Gambar 2. 12 Gerakan <i>butterfly</i>	32
Gambar 2. 13 Gerakan <i>triceps curl</i>	32

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Formulir Penentuan Judul KTI
- Lampiran 2 Formulir Kesiadaan Pembimbing
- Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 4 Surat Izin Survei Awal
- Lampiran 5 Lembar Konsultasi
- Lampiran 6 Surat Lolos Uji Etik
- Lampiran 7 Informed Consent Responden
- Lampiran 8 Format Pengkajian Responden
- Lampiran 9 Lembar Kuesioner Skala AHRS Responden
- Lampiran 10 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Surat Keterangan Selesai Penelitian RSJ