



***LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK
LANSIA DENGAN RESIKO TERJADINYA OSTEOARTHRITIS
KNEE***

KARYA TULIS ILMIAH

PANDU FEBRIYANTO

1810702003

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2022**



***LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK LANSIA
DENGAN RESIKO TERJADINYA OSTEOARTHRITIS KNEE***

KARYA TULIS ILMIAH

**Di ajukan untuk memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Kesehatan**

PANDU FEBRIYANTO

1810702003

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar,

Nama : Pandu Febriyanto
NIM : 1810702003
Tanggal : 14 April 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia untuk dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Pandu Febriyanto
NRP : 1810702003
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

Literature Review: Hubungan Aktifitas Fisik Lansia Dengan Resiko Terjadinya Osteoarthritis Knee

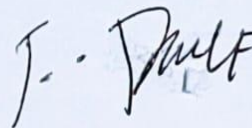
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai Pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta,

Pada tanggal : 14 April 2023

Yang menyatakan,



(Pandua Febriyanto)

PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Panda Febriyanto
NIM : 1810702003
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Aktivitas Fisik Lansia dengan Resiko terjadinya Osteoarthritis Knee

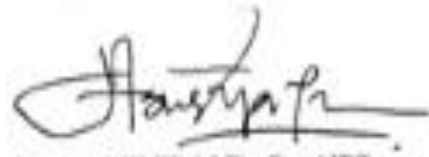
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Heri Wibisono, AMd.Ft, S.Pd, M.Si, AIFO
Ketua Penguji



Suci Wahyu Ismitasa, S.Ft, M.Erg, AIFO
Pengaji I



Agustiyawan, SST.Ft, M.Fis, Ftr, AIFO
Pengaji II (Pembimbing)



Heri Wibisono, MARS
Ketua Fakultas Ilmu Kesehatan

Farahdina Bachtiar, S.Ft, Prozia, M.Sc, AIFO
Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Tempat Pengujian : Jakarta

Tanggal ujian : 25 Januari 2022

LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK LANSIA DENGAN RESIKO TERJADINYA OSTEOATHRITIS KNEE

Pandu Febriyanto

Abstrak

Pada usia lanjut gerak dan fungsi tubuh mengalami penurunan secara progresif, sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari - hari. Penurunan ini akan memunculkan tingkat malas untuk beraktivitas dan berolahraga yang nantinya akan menimbulkan rasa sakit yang timbul termasuk pada lutut. Lutut yang memiliki fungsi sebagai penopang tubuh, ia pun memiliki fungsi sebagai berjalan. Lutut akan mengalami nyeri yang hebat dan memunculkan peradangan jika terlalu lama tidak digerakan ataupun jarang melakukan suatu aktivitas. Peradangan pada lutut atau biasa disebut Osteoarthritis Knee merupakan salah satu penyakit degeneratif yang terjadi akibat adanya menipisnya kartilago pada lutut. Maka dari itu salah satu hal yang dapat dilakukan pada seorang lanjut usia adalah melakukan aktivitas fisik. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui dan menganalisa adanya hubungan antara aktivitas fisik pada lansia dengan resiko *osteoarthritis knee*. Metode penelitian yang digunakan berupa *Literature Review*, untuk pencarian sumber literature dengan menggunakan beberapa kata kunci yang telah dipilah terlebih dahulu dalam periode 2016-2021. Dari hasil penelusuran literature didapatkan 4 artikel dan jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan kesesuaian dengan topik. Hasil setelah melakukan analisa pada 4 jurnal, di dapatkan hasil terdapatnya hubungan aktivitas fisik dengan resiko osteoarthritis lutut. Kesimpulan adanya hubungan aktivitas fisik dandan resiko terjadinya osteoarthritis lutut

Kata Kunci : Lansia, Aktivitas Fisik, *Osteoarthritis Knee*

LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK LANSIA DENGAN RESIKO TERJADINYA OSTEOATHRITIS KNEE

Pandu Febriyanto

Abstrak

In the elderly, the movement and function of the body experience a progressive decline, so that it can interfere with daily activities. This reduction will increase the level of laziness in doing activities and exercises that will cause pain later on, including the knee. The knee has a supportive function to the body, it also has a walking function. The knee will have severe pain and inflammation if it is not moved too long or if it rarely does any activity. Inflammation of the knee or commonly known as osteoarthritis of the knee The knee is a degenerative illness that occurs due to the thinning of the cartilage in the knee. So one of the things you can do with an elderly person is physical activity. The objective of this study was to determine and analyse the link between physical activity in the elderly and the risk of osteoarthritis of the knee. The search method used is a literature review, looking for documentary sources using several keywords that were pre-sorted during the 2016-2021 period. The results of the literature review indicated that four articles and journals met the inclusion criteria and were suitable for the topic. After analysis of 4 journals, the results showed that there was an association between physical activity and the risk of osteoarthritis of the knee. The conclusion is that physical activity is associated with the risk of osteoarthritis of the knee.

Keywords : Elderly, Physical Activity, Osteoarthritis Knee.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur hanya untuk Allah SWT atas lindungannya, rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan aktifitas fisik lansia dengan resiko terjadinya osteoarthritis knee” dengan baik.

Skripsi ini dapat terwujud atas bantuan dari berbagai banyak pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya dan penghargaan kepada yang terhormat kepada, Bapak Agustiyawan SST.FT,M.Fis,Str., selaku kepala program studi D-III Fisioterapi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta dan dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, dan semangat bagi penulis. Seluruh jajaran dosen dan civitas akademis fakultas ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Disamping itu, Terima kasih kepada Bapak, ibu, yang telah memberikan semangat moral serta do'a nya yang telah di panjatkan oleh Allah SWT setiap harinya.

Jakarta, 25 Januari 2022
Penulis

Pandu Febriyanto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Identifikasi Masalah	3
I.3 Rumusan Masalah	3
I.4 Tujuan Penelitian.....	4
I.5 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Pengertian Lansia	5
II.2 Penuaan	5
II.3 Tipe - tipe Lansia.....	6
II.4 Osteoarthritis	7
II.5 Anatomi Sendi Lutut	9
II.6 Aktivitas Fisik	10
II.7 Hubungan Aktivitas Fisik Lansia Terhadap Osteoarthritis	13
II.8 Kerangka Berfikir.....	14
II.9 Kerangka Konsep	14
II.10 Hipotesis.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
III.1 Desain Penelitian.....	15
III.2 Kriteria Sumber	15
III.3 Strategi Pencarian Literatur.....	15
III.4 Variabel	16
III.5 Prosedur Pelaksanaan	17

BAB IV HASIL LITERATUR RIVIEW	18
IV.1 Karakteristik Subjek	18
IV.2 Hasil Kualitas Metodologi	18
IV.3 Hasil Studi Literature	20
BAB V PEMBAHASAN	23
V.1 Karakteristik Subjek	23
V.2 Keterbatasan Literature Riview	24
V.3 Temuan Riview	25
BAB VI PENUTUP	26
V.1 Kesimpulan	26
DAFTAR PUSTAKA	27
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Metode PICO	16
Tabel 2	Hasil Kualitas Metodologi	19
Tabel 3	Karakteristik Studi Literatur.....	20

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Sendi Lutut Normal dan Osteoarthritis	10
----------	---	----

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Skema Kerangka Berpikir	14
Skema 2	Skema Kerangka Konsep	14

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Monitor
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
- Lampiran 3 Hasil Turnitin