

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, 2016

Debby Aprilinan Damayanti

Efektifitas Latihan Otot Isometrik Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Dengan *Fracture Lower Extermity* Di Poli *Orthopedi* dan *Traumatologi* RSD dr. Soebandi Jember

xvi + 73 hal + 4 gambar + 1 bagan + 9 tabel + 15 lampiran

#### Abstrak

Fraktur merupakan suatu kondisi dimana terjadi integritas tulang. Salah satu terapi non-farmakologi yang dapat meningkatkan kekuatan otot adalah dengan latihan otot isometrik, yaitu menekankan pada kekuatan dan stabilisasi sendi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektifitas latihan otot isometrik terhadap peningkatan kekuatan otot isometrik pada pasien *fracture lower extremity*. Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Experiment* dengan *Non-Equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 pasien yang kemudian dibagi menjadi dua kelompok yakni 15 pasien sebagai kelompok intervensi dan lainnya sebagai kelompok kontrol, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan *purposive sampling*. Latihan otot isometrik diberikan sebanyak 3 kali dalam sehari. Hasil uji *wilcoxon* ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan sebelum diberi latihan otot isometrik pada otot iliopsoas memiliki nilai mean sebesar 3,53, otot quadrisep nilai mean sebesar 3,20, otot tibial anterior nilai mean sebesar 3,00, otot Ekstensor halluces longus nilai mean sebesar 4,00, otot gastrocnemius nilai mean sebesar 3,93, sedangkan setelah diberi latihan otot isometrik, otot iliopsoas memiliki nilai mean sebesar 4,20, otot quadrisep nilai mean sebesar 4,07, pada otot tibial anterior nilai mean sebesar 4,13, pada otot Ekstensor halluces longus nilai mean sebesar 4,60, pada otot gastrocnemius nilai mean sebesar 4,60. Kesimpulan dari penelitian ini adalah latihan otot isometrik efektif terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien *fracture lower extremity*. latihan otot isometrik direkomendasikan sebagai latihan komplementer keperawatan terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien *fracture lower extremity*.

Kata Kunci : Latihan Otot Isometrik; Kekuatan Otot , *Fracture Lower Extermity*  
Daftar Pustaka : 15 (2008-2015)