

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT INTERNAL
ITSK RS dr. SOEPRAOEN**



**SOSIALISASI LATIHAN OSTEOARTRITIS LUTUT
DI YAYASAN JANTUNG INDONESIA CABANG MALANG
RAYA KEPANJEN**

PENGUSUL

Sartoyo, S.Sos., M.Kes.

(NIDK. 8946900020)

**Dilaksanakan berdasarkan Surat Tugas Rektor ITSK RS. Dr. Soepraoen
Malang No. Sgas/421/II/2021**

**Institut Teknologi Sains dan Kesehatan
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
2020/2021**


**HALAMAN PENGESAHAN USULAN KEGIATAN
PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT INTERNAL
ITSK RS dr. SOEPRAOEN MALANG**


- Judul** : SOSIALISASI LATIHAN OSTEOARTHRITIS DI
YAYASAN JANTUNG INDONESIA KEPANJEN
- 1. Mitra Program** : Yayasan Jantung Indonesia
- 2. Ketua Pengabdian**
- a. Nama Lengkap : Sartoyo, S.Sos, M.Kes
 - b. NIDN/NIDK : 8946900020
 - c. Jabatan Fungsional :
 - d. Program Studi : Fisioterapi
 - e. Nomor HP : 087859062727
 - f. e-mail :
- 3. Anggota Tim Pengusul**
- a. Jumlah Anggota : 3 orang
 - b. Nama Anggota : 1. Dimas Setyawan NIM 208064AJ
2. Provisa Redy Fernando NIM 208031AJ
3. Vivi Endaryanti NIM 208089
 - c. Jumlah Mahasiswa : 3 mahasiswa
- 4. Lokasi kegiatan Mitra**
- a. Wilayah Mitra : Kepanjen
 - b. Kabupaten/Kota : Kabupaten Malang
 - c. Propinsi : Jawa Timur
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) : 1 km
- 5. Luaran yang Dihasilkan** : Jurnal
- 6. Jangka Waktu Pelaksanaan** : 1 bulan
- 7. Kategori Kegiatan** : Mandiri/Kelompok
- 8. Biaya Total** : Rp. 3.000.000,-

Malang, 30 Agustus 2021

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Fisioterapi

Ketua Pengabdian


Sartoyo, S.Sos, M.Kes
NIP. 196803221996031001


Sartoyo, S.Sos, M.Kes
NIDK. 8946900020


Menyetujui,
Kepala BPPM
Fien Ammah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDK. 8827501019

IDENTITAS DAN URAIAN UMUM

1. Judul Pengabdian kepada Masyarakat:

Penyuluhan Osteoarthritis Tulang Di Desa Kepanjen Kec Wagir Malang

2. Tim Pelaksana:

No	Nama	Jabatan	Bidang Keahlian	Instansi Asal	Alokasi Waktu (jam/minggu)
1	Sartoyo, S.Sos, M.Kes	Ketua	Fisioterapi	ITSK RS dr. Soepraoen Malang	4 jam
2	Dhimas Setiawan	Anggota	Fisioterapi	ITSK RS dr. Soepraoen Malang	2 jam
3	Vivi Endaryanti	Anggota	Fisioterapi	ITSK RS dr. Soepraoen Malang	2 jam
4	Provisa Redy Fernando	Anggota	Fisioterapi	ITSK RS dr. Soepraoen Malang	2 jam

3. Objek (khalayak sasaran) Pengabdian kepada Masyarakat:

Masyarakat lanjut usia

4. Masa Pelaksanaan

Mulai : Mei Tahun: 2021

Berakhir : Agustus Tahun: 2021

5. Usulan Biaya Poltekkes RS dr. Soepraoen: Rp 3.000.000,00

6. Lokasi Pengabdian kepada Masyarakat: Kepanjen Kab. Malang

7. Mitra yang terlibat (uraikan apa kontribusinya):

Yayasan Jantung Indonesia akan menghimpun anggota yang telah lanjut usia untuk mengikuti pelatihan ini.

8. Permasalahan yang ditemukan dan solusi yang ditawarkan:

Kurangnya pemahaman masyarakat tentang osteoarthritis

9. Kontribusi mendasar pada khalayak sasaran (uraikan tidak lebih dari 50 kata, Masyarakat bisa mengetahui penyebab osteoarthritis dan bagaimana penanganannya)
10. Rencana luaran berupa jasa, sistem, produk/barang, paten, atau luaran lainnya yang ditargetkan:
HAKI, video latihan OA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
RINGKASAN.....	v
BAB 1: PENDAHULUAN.....	1
1.1 Analisa Situasi.....	1
1.2 Permasalahan Mitra.....	1
BAB 2: SOLUSI DAN TARGET LUARAN.....	3
2.1 Solusi yang Ditawarkan.....	3
2.2 Target Luaran.....	4
BAB 3: METODE PELAKSANAAN.....	6
BAB 4: KELAYAKAN PENGUSUL.....	8
BAB 5: BIAYA PEKERJAAN DAN JADUAL KEGIATAN.....	10
5.1 Biaya Pekerjaan.....	12
5.2 Jadual Kegiatan.....	13
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

RINGKASAN

OA merupakan penyakit sendi degeneratif yang berkaitan dengan kerusakan kartilago sendi. Seluruh struktur dari sendi pada OA mengalami perubahan patologis. OA ditandai dengan kerusakan tulang rawan (kartilago) hyalin sendi, meningkatnya ketebalan serta sklerosis dari lempeng tulang, pertumbuhan osteofit pada tepian sendi, meregangnya kapsul sendi, timbulnya peradangan, dan melemahnya otot-otot yang menghubungkan sendi dengan angka kejadian penderitanya sebagian besar adalah wanita.

Yayasan Jantung Indonesia (Indonesian Heart Foundation) adalah lembaga nirlaba yang fokus kepada meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan pentingnya upaya pencegahan Penyakit Jantung dan Pembuluh darah melalui pemasyarakatan Panca Usaha Jantung Sehat. Seiring berjalannya waktu, Yayasan Jantung Indonesia tersebar di seluruh kawasan Indonesia yang memiliki visi menjadi pelopor hidup sehat bagi masyarakat. Yayasan Jantung memiliki cabang di kawasan Kepanjen cabang Malang Raya yang memiliki puluhan anggota dari lintas generasi. Selama ini, anggota Yayasan Jantung Indonesia mendapatkan materi-materi tentang kesehatan, namun belum pernah mendapatkan materi tentang metode latihan pada nyeri lutut.