IMPLEMENTASI STRENGTHENING EXERCISE DENGAN KETERLIBATAN KELUARGA UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN LANSIA OSTEOARTHRITIS GENUE

Laila Habibatus Solihah[1], Imam Subekti[2]
Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Malang
Email:nenglailash18@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Osteoarthritis genu merupakan penyakit degeneratif pada sendi lutut yang menyebabkan nyeri, kekakuan, dan keterbatasan aktivitas sehingga memengaruhi kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit. Kondisi tersebut dapat menimbulkan masalah keperawatan berupa manajemen kesehatan keluarga tidak efektif. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah strengthening exercise untuk meningkatkan kekuatan otot, mengurangi nyeri dan kekakuan, serta meningkatkan kemampuan fungsional. Tujuan studi kasus ini adalah menggambarkan implementasi strengthening exercise dengan keterlibatan keluarga pada pasien osteoarthritis genu dengan diagnosis manajemen kesehatan keluarga tidak efektif. **Metode**: Penelitian menggunakan studi kasus deskriptif pada satu keluarga dengan anggota keluarga yang menderita osteoarthritis genu di Kelurahan Lesanpuro, Kota Malang. Asuhan keperawatan dilaksanakan selama empat kali kunjungan pada tanggal 22–25 Juni 2026 melalui tahap pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. **Hasil Penelitian:** Keluarga mampu menjelaskan kembali mengenai osteoarthritis genu, memahami manfaat dan cara melakukan strengthening exercise, serta mampu mendampingi klien melakukan latihan secara mandiri. Klien mengatakan penurunan nyeri dan kekakuan pada lutut, sedangkan keluarga berkomitmen melakukan latihan secara rutin dan memanfaatkan pelayanan kesehatan. **Kesimpulan:** Implementasi strengthening exercise dengan keterlibatan keluarga dapat meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengelola kesehatan anggota keluarga serta membantu mengurangi nyeri dan kekakuan pada pasien osteoarthritis genu.

Kata kunci: osteoarthritis genu, strengthening exercise, manajemen kesehatan keluarga tidak efektif