

## ABSTRAK

Isolasi sosial adalah keadaan seorang individu yang mengalami penurunan atau ketidakmampuan berinteraksi dengan orang lain. Salah satu terapi yang dapat memperbaiki interaksi sosial adalah *senam aerobik low impact*. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh Senam Aerobik low impact terhadap kemampuan interaksi pada pasien isolasi sosial.

Penelitian ini menggunakan desain *pre experimental design* dengan metode *one-group pra-post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah 56 pasien isolasi sosial. Pengambilan sampel yang digunakan adalah *teknik random sampling*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 49 pasien isolasi sosial. Pengumpulan data berupa lembar observasi kemampuan interaksi sosial. Analisis data yang digunakan adalah uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan derajat kemaknaan  $\alpha < 0.05$ .

Hasil penelitian menunjukkan tingkat kemampuan interaksi sosial sebelum perlakuan kurang yaitu sebanyak 36 responden (37,5%), sedangkan sesudah perlakuan sebagian besar tingkat kemampuan interaksi sosial baik yaitu sebanyak 34 responden (69,4%). Penelitian ini menunjukkan ada pengaruh senam Aerobik Low Impact terhadap kemampuan interaksi pada pasien isolasi sosial di Paviliun 6 RSPAL Dr Ramelan Surabaya. Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) berarti pada  $\alpha = 0,05$ .

Senam Aerobik low impact dapat dijadikan alternatif intervensi keperawatan khususnya bagi pasien dengan masalah isolasi sosial

Kata Kunci : Senam Aerobik low impact, Interaksi Sosial, Isolasi Sosial.