

Abstrak

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**  
**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

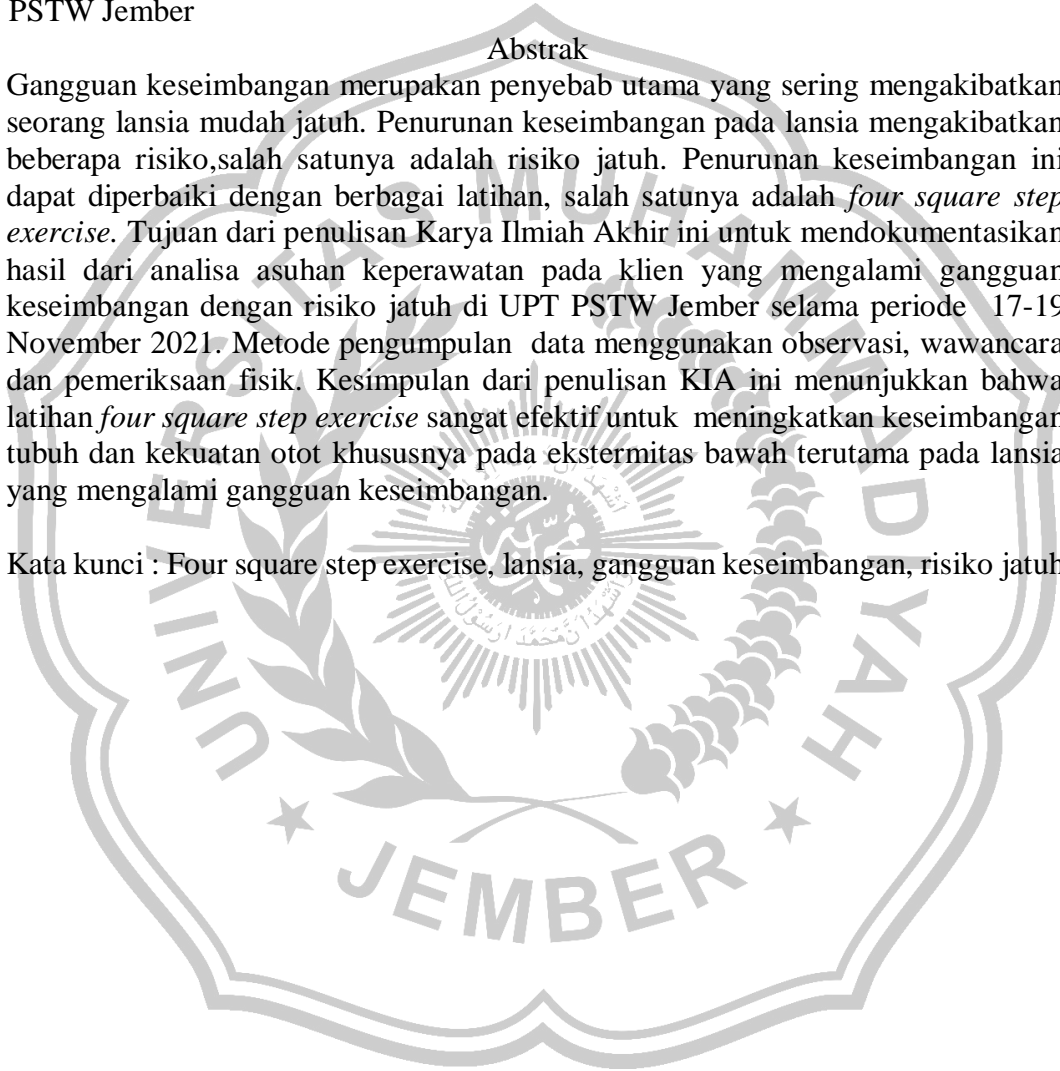
Karya Ilmiah Akhir, 2022  
Aulia Fitri Nurul Firdaus

Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gangguan Keseimbangan di UPT  
PSTW Jember

Abstrak

Gangguan keseimbangan merupakan penyebab utama yang sering mengakibatkan seorang lansia mudah jatuh. Penurunan keseimbangan pada lansia mengakibatkan beberapa risiko, salah satunya adalah risiko jatuh. Penurunan keseimbangan ini dapat diperbaiki dengan berbagai latihan, salah satunya adalah *four square step exercise*. Tujuan dari penulisan Karya Ilmiah Akhir ini untuk mendokumentasikan hasil dari analisa asuhan keperawatan pada klien yang mengalami gangguan keseimbangan dengan risiko jatuh di UPT PSTW Jember selama periode 17-19 November 2021. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan pemeriksaan fisik. Kesimpulan dari penulisan KIA ini menunjukkan bahwa latihan *four square step exercise* sangat efektif untuk meningkatkan keseimbangan tubuh dan kekuatan otot khususnya pada ekstermitas bawah terutama pada lansia yang mengalami gangguan keseimbangan.

Kata kunci : Four square step exercise, lansia, gangguan keseimbangan, risiko jatuh



**Abstract**

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY JEMBER  
NERS PROFESSIONAL STUDY PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE**

**Final Scientific Work, 2022  
Aulia Fitri Nurul Firdaus**

Nursing Care for the Elderly with Balance Disorders at UPT PSTW Jember  
Abstract

Balance disorders are the main cause that often causes an elderly person to fall easily. Decreased balance in the elderly results in several risks, one of which is the risk of falling. This decrease in balance can be corrected by various exercises, one of which is the four square step exercise. The purpose of writing this Akir Scientific Work is to document the results of the analysis of nursing care for clients who have balance disorders with the risk of falling at UPT PSTW Jember during the period 17-19 November 2021. The data collection methods used observation, interviews and physical examinations. The conclusion of this MCH writing shows that the four square step exercise is very effective for improving body balance and muscle strength, especially in the lower extremities, especially in the elderly who have balance disorders.

**Keywords** : Four square step exercise, elderly, balance disorders, risk of falling

