

ABSTRAK

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Tulis Ilmiah, 2023
Moch Arif Sholehudin

Efektivitas Intervensi Balance Exercise Terhadap Masalah Keperawatan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, 2023
X + 93 halaman + 10 tabel + 1 bagan

Proses penuaan yang dialami lansia seperti perubahan atau penurunan fungsi fisiologis akan menimbulkan berbagai masalah kesehatan. Salah satu dampak yang muncul pada lansia adalah penurunan fungsi otot dan tulang, hal ini akan menyebabkan lansia mengalami ketidakseimbangan tubuh yang mengakibatkan risiko jatuh. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yakni melakukan latihan *balance exercise*. Tujuan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan risiko jatuh di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan studi kasus dengan 2 partisipan yang dilakukan selama 6 hari pada periode 13 – 21 Desember 2022 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember dengan intervensi *balance exercise*. Berdasarkan data yang didapat setelah diberikan intervensi *balance exercise* pada kedua klien tersebut selama 6 hari perawatan sangat efektif, dibuktikan dengan hasil Timed Up and Go test (TUG) dari kedua klien turun dalam interpretasi fungsi keseimbangan normal dan tidak ada kejadian jatuh berulang pada kedua klien tersebut. Kesimpulan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini menunjukkan bahwa latihan *balance exercise* sangat efektif untuk meningkatkan kekuatan otot ekstermitas bawah terutama pada lansia yang mengalami gangguan keseimbangan.

Kata kunci : Balance exercise, Lansia, Risiko Jatuh.
Daftar Pustaka :42 (2016–2023)

ABSTRACT

UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH JEMBER
ASSOCIATE'S DEGREE OF NURSING STUDY PROGRAM,
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Scientific Paper, 2023
Moch Arif Sholehudin

The Effectiveness of Balance Exercise Intervention on Nursing Problems of Fall Risk in the Elderly at the Tresna Werdha Social Service Center in Jember , 2023
X + 93 pages + 10 tables + 1 chart

The aging process experienced by the elderly, such as physiological changes or decline in function, can lead to various health problems. One of the impacts that occur in the elderly is the decline in muscle and bone function, which results in an imbalance in their bodies and increases the risk of falls. One of the efforts that can be done is to perform *balance exercise*. The purpose of this scientific paper is to provide nursing care to the elderly at risk of falls at the Tresna Werdha Social Service Center in Jember. The research method used is a case study approach with 2 participants, carried out for 6 days during the period of December 13-21, 2022, at the Tresna Werdha Social Service Center in Jember, using *balance exercise* intervention. Based on the data obtained after implementing the *balance exercise* intervention on both clients for 6 days, it was found to be highly effective. This is evidenced by the results of the Timed Up and Go test (TUG), which showed that both clients improved in terms of normal balance function interpretation, and there were no recurring fall incidents for both clients. The conclusion of this scientific paper indicates that *balance exercise* is highly effective in improving lower extremity muscle strength, especially in the elderly with balance disorders.

Keywords: Balance exercise, Elderly, Fall Risk.

References: 42 (2016-2023)