



KARYA ILMIAH AKHIR

**ANALISIS *BALANCE EXERCISE* TERHADAP GANGGUAN
KESEIMBANGAN PADA LANSIA DI DESA SUCI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Profesi Ners

Oleh :

DWI RESTI ALFIONI, S.Kep.

NIM :2201031030

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2023**

KARYA ILMIAH AKHIR

**ANALISIS *BALANCE EXERCISE* TERHADAP GANGGUAN
KESEIMBANGAN PADA LANSIA DI DESA SUCI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan
Program Profesi Ners

Oleh :

DWI RESTI ALFIONI, S.Kep.

NIM : 2201031030

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
TAHUN 2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

ANALISIS *BALANCE EXERCISE* TERHADAP GANGGUAN KESEIMBANGAN PADA LANSIA DI DESA SUCI

Oleh :


DWI RESTI ALFIONI, S.Kep.

NIM : 2201031030

KIA ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk Karya
Ilmiah Akhir Studi Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 23 Juli 2023

Pembimbing


(Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep)
NPK. 19841224 1 1103486

PENGESAHAN

ANALISIS *BALANCE EXERCISE* TERHADAP GANGGUAN KESEIMBANGAN PADA LANSIA DI DESA SUCI

Oleh :
DWI RESTI ALFIONI, S.Kep.
NIM : 2201031030

Dewan Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah Pada Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 05 Agustus 2023

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Sri Wahyuni Adriani, M.Kep., Sp.Kep.Kom (.....) NPK. 19880303 1 1703821
2. Penguji II : Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.kes (.....) NPK. 19900420 1 23031035
3. Penguji III : Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep (.....) NPK. 19841224 1 1103486

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



(Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes)
NPK. 19790416 1 0305358

PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR

Dewan Penguji Ujian Karya Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

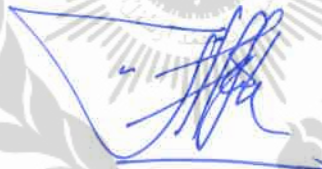
Jember, 05 Agustus 2023

Penguji I



Ns. Sri Wahyuni Adriani, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NPK. 19880303 1 1703821

Penguji II



Ns. Dian Ratna Elmagfuroh, S.Kep., M.kes
NPK. 19900420 1 23031035

Penguji III



Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep
NPK. 19841224 1 1103486

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber, baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Jika di kemudian hari didapatkan bukti bahwa Karya Ilmiah Akhir saya hasil plagiasi orang lain, saya bersedia menerima sanksi sesuai undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Jember, 27 Juli 2023

Nama : Dwi Resti Alfioni, S.Kep

NIM : 2201031030

Tanda tangan :



MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

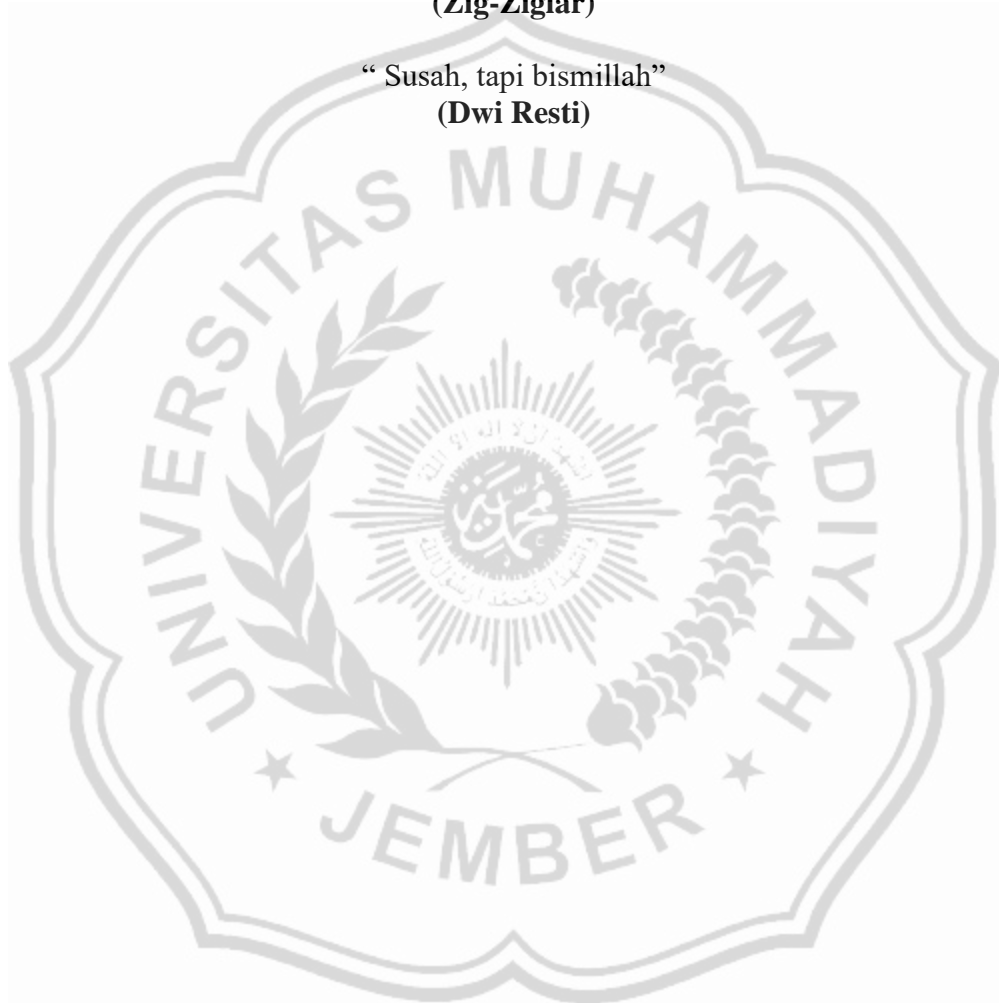
(QS. Al-Insyirah ayat 5-6)

“ Kamu tidak harus menjadi hebat untuk memulai, tetapi kamu harus mulai untuk menjadi hebat.”

(Zig-Ziglar)

“ Susah, tapi bismillah”

(Dwi Resti)



Kata Pengantar

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini dilakukan dalam memenuhi salah syarat untuk mencapai gelar Ners pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ns. Samiyanto, S.Kep., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
 2. Ns. Susi Wahyuning Asih, M.Kep. selaku Kapodi Program Studi Profesi Ners
 3. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing yang menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini
 4. Kedua orang tua saya yang telah memberikan bantuan dan dukungan material dan moral
 5. Sahabat saya yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan KIA ini
- Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada penulis, mendapat balasan dari Allah SWT. besar harapan penulis agar Karya Ilmiah Akhir ini dapat bermanfaat.

Jember, 23 Juli 2023

penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PENGUJI KIA.....	v
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	vi
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Batasan Masalah.....	2
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1. Tujuan Umum	3
1.3.2. Tujuan Khusus	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	3
1.4.2. Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Konsep Gangguan Keseimbangan Pada Lansia.....	5
2.2. Konsep <i>Balance Exercise</i>	14
2.3. Konsep Asuhan Keperawatan	18
2.4. Keaslian Penelitian.....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	24
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	24
3.3 Subjek Penelitian	24
3.4 Pengumpulan Data	24
3.5 Etik Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	27
4.1. Hasil	27
4.1.1. Gambaran Lokasi Penelitian	27
4.1.2. Data Asuhan Keperawatan	27
4.1.2.1 Pengkajian	27
4.1.2.2 Diagnosis Keperawatan.....	34
4.1.2.3 Perencanaan Keperawatan	35
4.1.2.4 Pelaksanaan Keperawatan.....	38

4.1.2.5 Evaluasi.....	42
4.2. Pembahasan.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	57



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Plantar Flexion	15
Gambar 2.2 Hip Flexion.....	15
Gambar 2.3 Hip Extention	16
Gambar 2.4 Knee Flexion	16
Gambar 2.5 Side Leg Raise.....	17



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel Keaslian Penelitian	22
Tabel 4.1 Data Identitas Diri	27
Tabel 4.2 Riwayat Penyakit Klien	28
Tabel 4.3 Hasil Pemeriksaan Fisik Klien	28
Tabel 4.4 Data Pengkajian Khusus Lansia	29
Tabel 4.5 Analisis Data	31
Tabel 4.6 Daftar Diagnosis Keperawatan	34
Tabel 4.7 Daftar Perencanaan Keperawatan	35
Tabel 4.8 Daftar Implementasi Keperawatan.....	38
Tabel 4.9 Daftar Evaluasi Klien	42

