

ABSTRAK

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM PROFESIONERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Ilmiah Akhir, 4 Agustus 2023
Syayida Yunita Sari

Implementasi *Balance Exercise* Pada Lansia dengan Risiko Jatuh Berulang di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Bondowoso.

XIV + 53 Halaman + 9 tabel + 6 lampiran

Abstrak

Latar Belakang: Jatuh merupakan masalah fisik yang sering terjadi pada lansia, dengan bertambahnya usia kondisi fisik, mental, dan fungsi tubuh pun menurun. Risiko jatuh pada lansia dapat menyebabkan komplikasi patah tulang bahkan kematian. Intervensi untuk mengurangi risiko jatuh lansia yang dikembangkan oleh peneliti yaitu dengan menggunakan latihan *balance exercise*. **Tujuan:** Melaksanakan intervensi asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah risiko jatuh berulang di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Bondowoso. **Metode:** Metode pendekatan dilakukan dengan cara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik serta dokumentasi. Waktu penelitian dilakukan selama 14 hari atau 2 minggu sebanyak 3x kunjungan. Sekali kunjungan dilakukan latihan dengan durasi 15 menit. **Hasil:** Hasil implementasi untuk mengatasi risiko jatuh pada lansia dengan terapi *balance exercise* yang dilakukan selama 3x kunjungan dalam 2 minggu didapatkan bahwa ketiga lansia menunjukkan bahwa pasien tidak mengalami jatuh saat berjalan, hasil TUG ada penurunan namun tidak kurang dari batas normal serta tidak ada perubahan peningkatan kekuatan otot pada ekstremitas bawah. **Simpulan:** Ada pengaruh atau ada perubahan pada tes TUG ketiga pasien lansia namun tidak signifikan.

Kata Kunci: Lansia, Risiko Jatuh, *Balance Exercise*

ABSTRACT

Abstract

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
NERS PROFESSION PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Final Scientific Papers, 4 August 2023
Syayida Yunita Sari

Implementation of Balance Exercise for the Elderly with the Risk of Repeated Falls in UPT. Tresna Werdha Social Services (PSTW) Bondowoso.

XIV + 53 Pages + 9 tables + 6 appendices

Abstract

Background: Falling is a physical problem that often occurs in the elderly, with increasing age the physical, mental, and body functions decrease. The risk of falling in the elderly can cause complications of fractures and even death. Interventions to reduce the risk of falling elderly developed by researchers are using balance exercises. **Purpose:** Carry out nursing care interventions for the elderly with problems with the risk of recurring falls in UPT. Tresna Werdha Social Services (PSTW) Bondowoso. **Method:** The approach method is carried out by interview, observation, physical examination and documentation. The research time was carried out for 14 days or 2 weeks as many as 3x visits. One visit is carried out exercises with a duration of 15 minutes. **Result:** : The results of the implementation to overcome the risk of falling in the elderly with balance exercise therapy conducted for 3x visits in 2 weeks found that the three elderly showed that the patient did not experience a fall when walking, TUG results decreased but not less than normal limits and there was no change in increased muscle strength in the lower extremities. **Conclusion:** There was an effect or change in the TUG test of the three elderly patients but it was not significant.

Keywords: Elderly, Risk of Falling, Balance Exercise