

ABSTRAK

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Ilmiah Akhir, 30 Juli 2024
Hengky Faula Ari Sandi Putra S.Kep

Balance Exercise Pada Lansia Dengan *Syndrom Geriatri Instabiliti* Di UPT
PSTW Jember
XII + 68 hal + 10 Tabel

Abstrak

Lansia merupakan kelompok umur yang paling beresiko mengalami gangguan keseimbangan postural karena lansia mengalami kemunduran atau perubahan morfologis pada otot yang menyebabkan perubahan fungsional otot dengan terjadinya penurunan kekuatan dan kontraksi otot. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hasil intervensi Balance Exercise pada lansia dengan *syndrome geriatri instability* di UPT PSTW jember. Manfaat dari penelitian ini adalah untuk mengurangi resiko jatuh dan meningkatkan keseimbangan pada lansia. Jenis penelitian yang digunakan yaitu studi kasus. Populasi dalam penelitian ini adalah klien dengan gangguan keseimbangan sebanyak 3 klien. Tehknik pengambilan data menggunakan tehknik wawancara, observasi , pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa klien sangat kooperatif dalam proses asuhan keperawatan. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu klien mampu memahami tentang gangguan keseimbangan, klien juga mampu berlatih untuk tetap menjaga dan meningkatkan keseimbangan dengan balance exercise. Rekomendasi dalam penelitian ini adalah mengurangi resiko jatuh serta meningkatkan keseimbangan pada lansia.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Balance Exercise, Gangguan Keseimbangan, Lansia

Daftar Pustaka : 10 (2015-2024)

ABSTRACT

*MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
NURSING PROFESSION PROGRAMME
FACULTY OF HEALTH SCIENCES*

Final Scientific Work, 30 July 2024 Hengky Faula Ari Sandi Putra S.Kep

*Balance Exercise in Elderly People with Geriatric Instability Syndrome at UPT
PSTW Jember
XII + 68 p. + 10 Tables*

Abstract

The elderly are the age group most at risk of experiencing postural balance disorders because the elderly experience deterioration or morphological changes in the muscles which cause functional changes in the muscles with a decrease in muscle strength and contraction. This study aims to analyze the results of the Balance Exercise intervention for elderly people with geriatric instability syndrome at UPT PSTW Jember. The benefit of this research is to reduce the risk of falls and improve balance in the elderly. The type of research used is a case study. The population in this study were 3 clients with balance disorders. Data collection techniques use interview techniques, observation, physical examination and documentation studies. The results of this research show that clients are very cooperative in the nursing care process. The conclusion in this research is that clients are able to understand balance disorders, clients are also able to practice to maintain and improve balance with balance exercises. The recommendation in this research is to reduce the risk of falls and improve balance in the elderly.

Keywords: *Nursing Care, Balance Exercise, Balance Disorders, Elderly*

Bibliography : *10 (2015-2024)*