



KARYA ILMIAH AKHIR

**INTERVENSI *TANDEM WALKING EXERCISE* PADA LANSIA
DENGAN GANGGUAN KESEIMBANGAN DI UPT PSTW
KASIYAN PUGER JEMBER**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Profesi Ners

Oleh:

**INDRIYANI OKTAVIA MASTURI,S.Kep
23.010.31004**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2024**

KARYA ILMIAH AKHIR

**INTERVENSI *TANDEM WALKING EXCERCISE* PADA LANSIA
DENGAN GANGGUAN KESEIMBANGAN DI UPT PSTW
KASIYAN PUGER JEMBER**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Profesi Ners

Oleh:

**INDRIYANI OKTAVIA MASTURI,S.Kep
23.010.31004**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2024**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

JL. Karimata No. 49 Jember Telp. (0331) 332240, 336728 Fax. 337957
Website : http://WWW.unmuhjember.ac.id e-mail : kantopusat@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN
KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Indriyani Oktavia Masturi
NIM : 2301031009
Tempat, tanggal lahir : Jember, 29 Oktober 2029
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Kepodang 39 Lingk Krajan Bintoro Patrang

Jurusan/Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir, dengan Judul di bawah ini :

Intervensi Tandem Walking Exercise pada Lansia Dengan Gangguan Keseimbangan Di UPT PSTW Kariyan Puger Jember.

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, _____ 20__

Yang membuat pernyataan,



(Indriyani Oktavia Masturi)
NIM. 2301031009

MOTTO

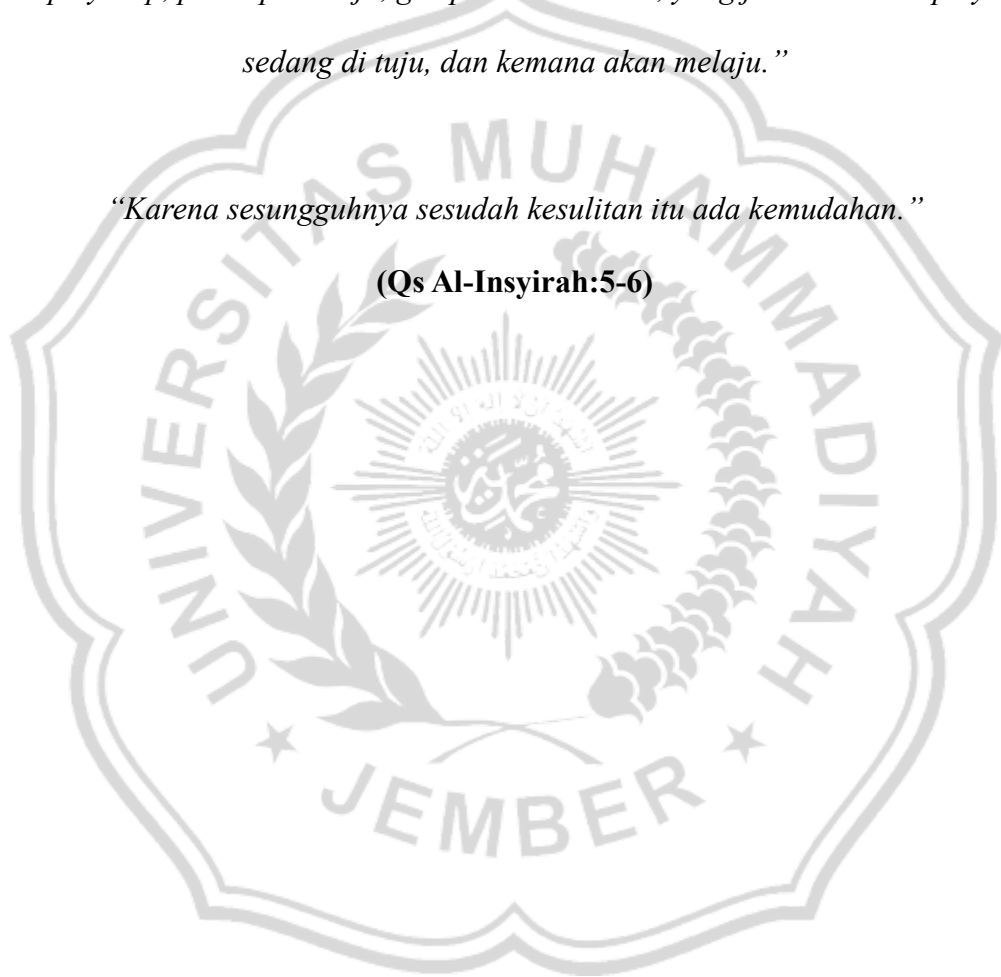
“Menuntut ilmu adalah takwa. Menyampaikan ilmu adalah ibadah. Mengulang-ulang ilmu adalah zikir. Mencari ilmu adalah jihad.”

(Abu Hamid Al Ghazali)

“Step by step, pelan-pelan aja, gak perlu buru-buru, yang jelas kita tau apa yang sedang di tuju, dan kemana akan melaju.”

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”

(Qs Al-Insyirah:5-6)



HALAMAN PERSETUJUAN


INTERVENSI *TANDEM WALKING EXCERCISE* PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN KESEIMBANGAN DI UPT PSTW KASIYAN PUGER JEMBER

Oleh :

Indriyani Oktavia Masturi, S.Kep
NIM : 2301031004

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

Jember, 29 Juli 2024
Pembimbing


Ns. Sofia Rhosna Dewi, S.Kep., M.Kep
NPK. 19841224 1 1 103586

HALAMAN PENGESAHAN

INTERVENSI *TANDEM WALKING EXCERCISE* PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN KESEIMBANGAN DI UPT PSTW KASIYAN PUGER JEMBER

Oleh:

Indriyani Oktavia Masturi, S.Kep

NIM: 2301031004

Dewan Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 29 Juli 2024

Penguji,

1. Penguji I : Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom (.....) 
NPK. 1988030311703821
2. Penguji II : Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.Kes (.....) 
NPK. 19900420123031035
3. Penguji III : Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. (.....) 
NPK. 19841224 1 1 103586

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NPK. 1988030311703821

PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR

Dewan Penguji Ujian KIA Pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 29 Juli 2024

Penguji I



Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NPK. 1988030311703821

Penguji II



Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.Kes
NPK. 19900420123031035

Penguji III



Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep
NPK. 19841224 1 1 103586

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir dengan judul “Intervensi *Tandem Walking Exercise* Pada Lansia Dengan Gangguan Keseimbangan Di UPT PSTW Kasiyan Puger Jember”.

Karya Ilmiah Akhir ini sebagai syarat yang harus dipenuhi mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jember. Banyak hambatan yang penulis temukan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, namun dengan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, maka penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

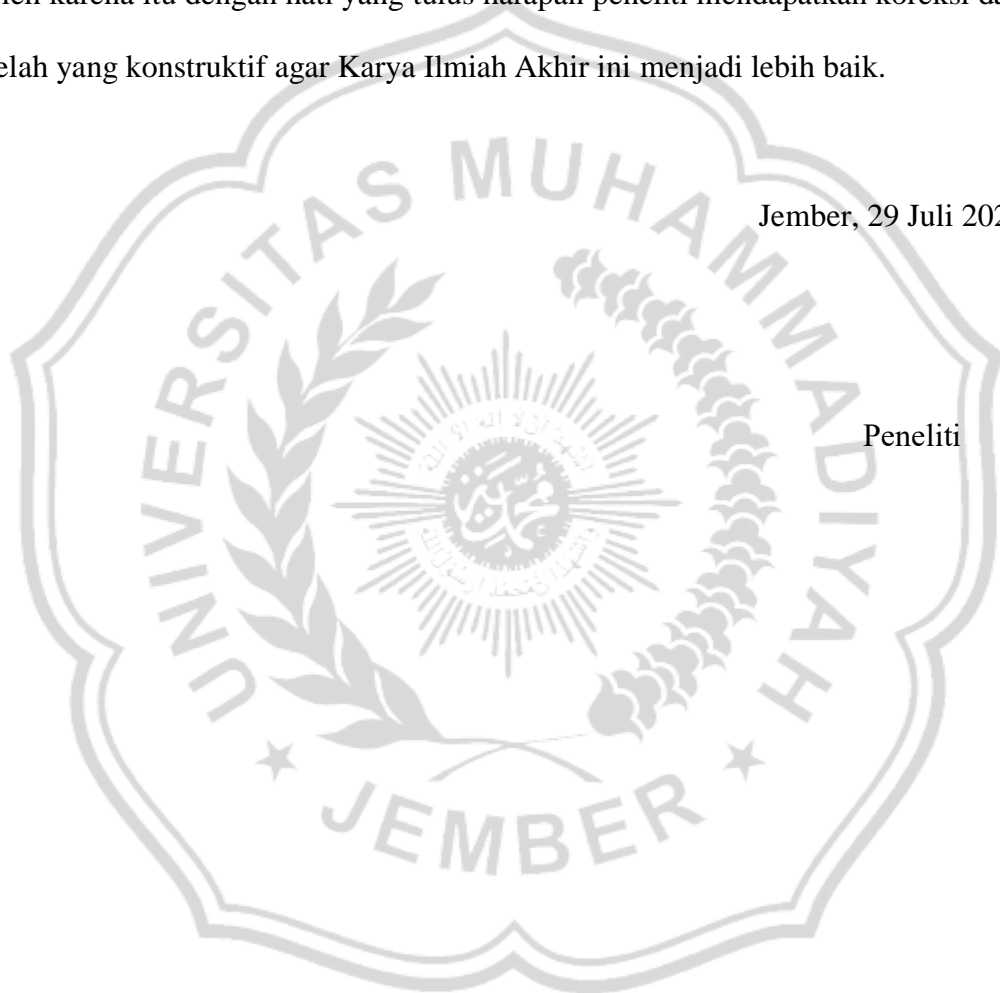
Dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tulus dan ikhlas atas bimbingannya kepada yang terhormat :

1. Dr. Hanafi, M. Pd., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Ginanjar Sasmito Adi, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.M.B, selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jember
4. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep, selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
5. Seluruh staf Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
6. Kedua orang tua saya, atas kesabaran, kasih sayang serta do'a-do'a di setiap waktunya, sehingga mengantarkan anaknya ke jenjang pendidikan ners.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati, bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini masih banyak kekurangan baik dari segi materi maupun teknis penulisan karena keterbatasan yang dimiliki peneliti. Semoga amal baik yang telah dilakukan mendapat amal baik dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini masih memerlukan penyempurnaan, oleh karena itu dengan hati yang tulus harapan peneliti mendapatkan koreksi dan telah yang konstruktif agar Karya Ilmiah Akhir ini menjadi lebih baik.

Jember, 29 Juli 2024

Peneliti



DAFTAR ISI

COVER	
KARYA ILMIAH AKHIR	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PENGUJI KARYA ILMIAH AKHIR	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah.....	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Lansia.....	5
2.2 Konsep Gangguan Keseimbangan.....	9
2.3 Konsep Latihan <i>Tendem Exercise</i>	12
2.4 Resiko Jatuh	14
2.5 Keaslian Penelitian	17
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	21
3.2 Fokus Penelitian	21
3.3 Lokasi Dan Waktu Penelitian	21
3.4 Subjek Penelitian / Partisipan	21
3.4 Instrumen Penelitian.....	22
3.5 Metode Pengumpulan Data	22
3.5 Etika Penelitian	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	24
4.1 Hasil	24
4.2 Pembahasan.....	42
4.3 Keterbatasan Penelitian	44
4.4 Implikasi Keperawatan.....	45
BAB V PENUTUP	46

5.1	KESIMPULAN.....	46
5.2	SARAN.....	47
	DAFTAR PUSTAKA	48
	LAMPIRAN.....	49



DAFTAR TABEL

2.1 Keaslian Penelitian.....	17
4.1 Identitas Klien	24
4.2 Riwayat Penyakit	25
4.3 Pemeriksaan Fisik	25
4.4 Fungsi Keseimbangan Dan Monilisasi Tug	26
4.5 <i>Activity Daily Living</i> (ADL).....	26
4.6 Fungsi Kognitif	27
4.7 Fungsi Psikologis	29
4.8 Analisis Data	31
4.9 Diagnosis Keperawatan.....	32
4.10 Perencanaan.....	33
4.11 Pelaksanaan.....	35
4.12 Evaluasi.....	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SOP <i>Tandem Walking Exercise</i>	47
Lampiran 2. Lembar Konsul	49

