ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH UTAMA RESIKO JATUH PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN LATIHAN KESEIMBANGAN (*BALANCE EXERCISE*) DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:
YUSROTUN KHASANAH
202303177

PROGRAM STUDI PENDIDIKANPROFESI NERS
PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024

ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH UTAMA RESIKO JATUH PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN LATIHAN KESEIMBANGAN (*BALANCE EXERCISE*) DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Ners

Disusun Oleh:
YUSROTUN KHASANAH
202303177

PEMINATAN KEPERAWATAN KOMUNITAS

PROGRA STUDI PENDIDIKAN
PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip mapun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Yusrotun Khasanah

NIM : 202303177

Tanda tangan :

Tanggal : 20 Juli 2024

HALAMAN PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH UTAMA RESIKO JATUH PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN LATIHAN KESEIMBANGAN (*BALANCE EXERCISE*) DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk diujikan pada tanggal 29 Juli 2024

Pembimbing

(Rina Saraswati, M.Kep)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

(Wuri Utami, M.Kep)

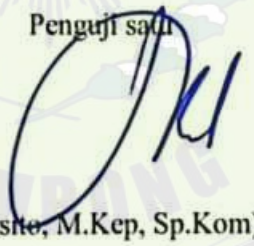
HALAMAN PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama	: Yusrotun Khasanah
NIM	: 202303177
Program Studi	: Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul KIA-N	: Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia Dengan Penerapan *Balance Exercise* Di RS PKU Muhammadiyah Gombong

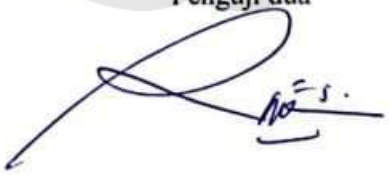
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Universitas Muhammadiyah Gombong.

Penguji satu



(Marsito, M.Kep, Sp.Kom)

Penguji dua



(Rina Saraswati, M.Kep)

Ditetapkan di	: Gombong, Kebumen
Tanggal	: 30 Juli 2024

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yusrotun Khasanah
NIM : 202303177
Program studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Jenis karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Nonekslusif (*Non-Exsklusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH UTAMA RESIKO JATUH PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN LATIHAN KESEIMBANGAN (*BALANCE EXERCISE*) DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Gombong, Kebumen
Pada tanggal : 30 Juli 2024

Yang menyatakan

(Yusrotun Khasanah)

Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Universitas Muhammadiyah Gombong
KIAN, Juli 2024
Yusrotun khasanah[1], Rina Saraswati[2]
yusrotunkhasanah@gmail.com

ABSTRAK
ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN MASALAH UTAMA RESIKO JATUH PADA LANSIA DENGAN PENERAPAN LATIHAN KESEIMBANGAN (*BALANCE EXERCISE*) DI RS PKU MUHAAMADIYAH GOMBONG

Latar belakang, Lansia (lanjut usia) adalah proses kehidupan yang ditandai dengan perubahan maupun penurunan potensi tubuh guna melakukan adaptasi dengan stress lingkungan. Jatuh adalah masalah umum bagi lansia. Lebih dari satu pertiga lansia 30% lansia jatuh setiap tahunnya. *Balance exercise* merupakan intervensi untuk mengatasi permasalahan resiko jatuh pada lansia.
Tujuan umum, Menganalisis Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh pada Lansia dengan Penerapan Latihan Keseimbangan (*Balance Exercise*).
Metodo pengambian kasus, Desain yang digunakan adalah pendekatan case report (studi kasus) dengan mengambil subjek 5 pasien keluarga dengan lansia resiko jatuh.
Hasil asuhan keperawatan, masalah keperawatan yaitu risiko jatuh dengan data klien mengalami gangguan keseimbangan dan resiko jatuh. Hasil nilai pengkajian *Morse Fall Scale (MFS)* kepada semua pasien didapatkan mayoritas mengalami resiko jatuh rendah dengan skor nilai 25-50. Tindakan yang dilakukan dengan penerapan latihan *balance exercise* selama 2 minggu 8 kali pertemuan. Hasil tindakan *balance exercise* mayoritas mengalami penurunan setelah diberikan tindakan. Paling banyak mengalami penurunan yaitu Ny. M dari skor 50 menjadi 25 (50%) sedangkan paling rendah yaitu Tn. T dari skor 50 menjadi 40 atau 20%.
Rekomendasi, diharapkan dapat melaksanakan studi kasus dengan responden lebih banyak dan dapat mengaplikasikan terapi pendamping lain dalam menurunkan resiko jatuh pada lansia.

Kata Kunci: lansia, resiko jatuh, *Balance exercise*

[1]**Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong**
[2]**Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong**

Professional Nurse Education Program
Universitas Muhammadiyah Gombong
Final Scientific Paper Nurse, July 2024
yusrotun khasanah[1], Rina Saraswati[2]
yusrotunkhasanah@gmail.com

ABSTRAK
NURSING CARE WITH THE MAIN PROBLEM OF FALL RISK IN THE ELDERLY WITH THE IMPLEMENTATION OF BALANCE EXERCISE AT PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG HOSPITAL

Bacground, The elderly (elderly) is a life process haracterized by changes or decreases in the body's potential to adapt to environmental stress. Falls are a common problem for the elderly. More than one-third of the elderly 30% of the elderly fall every year. Balance exercise is an intervention to overcome the problem of falling risk in the elderly.
Objective, Analyzing Nursing Care with the Main Problem of Fall Risk in the Elderly by Implementing Balance Exercises.
Methodology, The design used is a case report approach (case study) by taking as subjects 4 elderly family patients with a risk of falling.
As a result of nursing care, nursing problems are the risk of falling with the client's data experiencing balance disorders and the risk of falling. The results the Morse False Scale (MFS) assessment for all patiens were obtained that the majority had a low risk of falling with a score of 25-50. Actions are carried out by the application of balance exercises for 2 weeks of 8 meetings. The majirity of balance exercise results decreased after being given actions. The most decreased, namely Mrs. M from a score of 50 to 25 (50%) while the lowest, namely Mr.T from a score of 50 to 40 or 20%.
The recommendation is expected to carry out case studies with more respondents and can apply other companion therapies un reducing the risk of falls

Keywords: elderly, risk of falling, Balance exercise

[1]Muhammadiyah University Gombong Students
[2]Muhammadiyah University Gombong Students

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners dan terselesaikan sebagaimana yang diharapkan. Sholawat serta salam tak lupa terlantun kepada junjungan Nabi Muhammad Salallahu Alaihi Wassalam yang telah menjadi suri teladan dan khalifah terbaik.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini berjudul "Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia Dengan Penerapan Latihan Keseimbangan (Balance Exercise) Di RS PKU Muhammadiyah Gombong" disusun sebagai persyaratan untuk mencapai derajat profesi ners pada Universitas Muhammadiyah Gombong.

Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak berarti apapun tanpa bantuan semua pihak yang berada di sekitar penulis. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Hj.Herniyatun; M.Kep. Sp.Mat., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
2. Eka Riyanti, M.Kep, Sp.Mat., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
3. Wuri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
4. Rina Saraswati, M.Kep selaku pembimbing yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan.
5. Marsito, M.Kep, Sp.Kom selaku dewan penguji yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan.
6. Orangtua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
7. Semua pihak yang tidak bisa enulis sebutkan satu persatu, penulis ucapkan terimakasih atas bantuan dan dukungannya.

Semoga bimbingan, bantuan, dan dorongan yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Akhir kata, semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Gombong, Juli 2024

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul i
Halaman Pernyataan Orisinalitas ii
Halaman Persetujuan iii
Halaman Pengesahan iv
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi v
Abstrak vi
Abstract vii
Kata Pengantar viii
Daftar Isi ix
Daftar Tabel x
Daftar Gambar xi
Daftar Lampiran xii
Daftar Singkatan xiii
BAB 1 PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 5
BAB II TINJAUAN LITERATURE 7
A. Tinjauan Pustaka 7
B. Kerangka Konsep 23
BAB III METODE PENGAMBILAN KASUS 24
A. Desain Karya Tulis 24
B. Subjek studi Kasus 24
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus 25
D. Definisi Operasional 25
E. Instrumen Studi Kasus 26
F. Langkah Pengambilan Data 27
G. Etika Studi Kasus 28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 29
A. Hasil 29
B. Pembahasan 43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 50
A. Kesimpulan 50
B. Saran 50
Daftar pustaka
Lampiran

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Intervensi Keperawatan 12
Tabel 3.1 Definisi Operasional 25
Tabel 3.2 Form Resiko Jatuh 26
Tabel 4.1 Karakteristik Pasien 42
Tabel 4.2 Hasil Penerapan Tindakan Balance Exercise 43

DAFTAR GAMBAR

2.1 Gambar *One Leg Stance* 20
2.2 Gambar kerangka konsep 23

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian
2. Hasil Uji Plagiarism
3. SOP Balance Exercise
4. Formulir Pengkajian Risiko Jatuh
5. Lembar Penjelasan Responden
6. Inform Consent
7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
8. Lembar Observasi Risiko Jatuh
9. Lembar Bimbingan
10. Lembar Revisi

DAFTAR SINGKATAN

Dinkes	: Dinas Kesehatan
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
Puskesmas	: Pusat Kesehatan Masyarakat
Masyarakat RI	: Republik Indonesia
WHO	: World Health Organization

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) adalah proses kehidupan yang ditandai dengan perubahan maupun penurunan otensi tubuh guna melakukan adaptasi dengan stress lingkungan. Pertumbuhan usia lansia akan memunculkan beberapa masalah kompleks untuk lanjut usia, masyarakat, dan keluarga mencakup biologis, fisik, sosial ekonomi dan mental. Seiring masalah tersebut, akan mmberikan pengaruh pada asupan makanan yang kemudian bisa mempengaruhi status gizi (Kemenkes RI, 2019)

Secara global populasi lansia berlandaskan data BPS tahun 2022, selama 10 tahun belakangan, presentase penduduk lanjut usia di Indonesia meningkat dari 7,57% tahun 2021 serta menjadi 10,48% tahun 2022. Jumlh ini diproyeksi akan selalu meningkat sampai menyentuh angka 19,9% tahun 2045. Kemudian adanya 8 provinsi yang sudah memasuki struktur penduduk menua, yaitu presentase penduduk lansia yang melebihi 10%. Delapan provinsi tersebut merupakan Jatim (13,86%), DI Yogyakarta (16,69%), Sulawesi Utara (12,98%), Bali (13,53%), Lampung (10,24%), Sulawesi Selatan (10,65%), Jateng (13,07%), Sumatera Barat (10,79%).

Data lanjut usia di Kabupaten Kebumen tahun 2022 memperlihatkan umur lanjut usia sudah menyentuh angka 131.786 individu dari 1.188.622 jiwa (11,08%). Jumlah lanjut usia yang terus mengalami peningkatan tentunya akan bersinergi dengan permasalahan yang dialami lansia pada saat memasuki masa tuanya (Badan Pusat Statistik, 2022).

Kelompok iumur lansia identik dengan penurunan status kesehatan salah satunya adalah penurunan kesehatan fisik. Dari

beberapa gangguan fisik yang sering dialami lansia adalah penurunan fungsi keseimbangan tubuh yang berdampak pada resiko bahkan kejadian jatuh pada lansia. Terkadang lansia dengan penyakit kronis tertentu meninggal bukan karena penyakit yang dideritanya tetapi karena kecelakaan jatuh pada saat melakukan aktivitas. Masalah ini terlihat cukup sederhana tapi dampaknya bisa sampai pada kematian lansia (Kemenkes, 2021).

Gangguan keseimbangan yang dialami lansia dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti adanya masalah pada sistem informasi sensori visual yang dikabarkan oleh mata, vestibular oleh keadaan telinga; masalah neurologi pada sistem saraf pusat, gangguan pada sistem aferen dan eferen; serta kelainan yang terjadi pada sistem muskuloskeletal seperti kelemahan pada anggota gerak misalnya pada kaki, lutut, serta pinggul (Rose, 2018).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi keseimbangan tubuh lansia diantara jenia kelamin, usia, alkohol, obat-obatan, gangguan aktivitas fisik dan psikologi. Semakin tua seseorang semakin menurun fungsi organnya (Achmanagara, 2016). Perempuan lebih banyak mengalami gangguan keseimbangan dibanding laki-laki karena lansia perempuan kurang melakukan aktivitas, (Sinta, 2016). Konsumsi obat-obatan dal alkohol dapat membuat lansia mengantuk sehingga lansia menjadi kurang waspada. Lansia yang pernha jatuh akan mengalami trauma saat berjalan sehingga lansia membatasi aktivitas dan menyebabkan melemahnya otot sehingga lebih cenderung mengalami gangguan keseimbangan (Todd & Skelton, 2014).

Proses penuaan berkaitan dengan penurunan sistem muskuloskeletal, menurunnya sistem muskuloskeletal mengakibatkan menurunnya aktivitas pada lansia sehingga terjdi atrofi otot yang mengakibatkan menurunnya kekuatan otot pada bagian ekstremitas bawah sehingga terjadi gangguan keseimbangan tubuh sehingga terlambat mengantisipasi bila terjatuh dan terpeleset (Darmojo, 2019).

Kemunduran fungsi ini menyebabkan seringnya lansia mudh untuk jatuh (Santoso & Ismil, 2019). Berdasarkan hasil survei masyarakat di Amerika Serikat diperoleh kira-kira tiga puluh persen lanjut usia berusia melebihi enam puluh lima tahun mengalami jatuh setiap tahun 15 % dan mengalami jatuh berulang (Ashar, 2016). Hal ini menggambarkan pentingnya mengatasi masalah keseimbangan pada lansia.

Upaya pemerintah dalam meningkatkan derajat kesehatan telah dicanangkan beberapa program diantaranya adalah posyandu lansia, senam lansia, prolanis dan Germas. Tenaga kesehatan khususnya perawat untuk memenuhi kebutuhan lansia dalam hal keamanan dan kenyamanan dapat dilakukan dengan melaksanakan berbagai upaya promotif seperti penyuluhan tentang keselamatan dan keamanan dan kenyamanan lansia, gangguan keseimbangan dan bahaya resiko jatuh pada lansia jika tidak dicegah sedini mungkin, upaya preventif yang dilakukan dengan mengurangi faktor resiko jatuh seperti modifikasi lingkungan yang aman bagi lansia dan melakukan pemeriksaan tes keseimbangan tubuh. Langlah kuratif yang dilaksanakan yakni memberi latihan keseimbangan bagi lansia yang mengalami gangguan keseimbangan dan upaya rehabilitatif ynag dilakukan adalah mempertahankan kekuatan otot secara mandiri (Muhith & Siyoto, 2016).

Balance exercise adalah intervensi fisioterapi yang bisa menangani masalah yang terjadi pada lanjut usia yang memberikan pengaruh pada keseimbangan postural (Kusnanto, 2015). Latihan *balance exercise* adalah kegiatan fisik yang dilaksanakan dalam melakukan peningkatan pada kestabilan tubuh dengan menambah kekuatan otot ekstremitas bawah (Nyman, 2013). *Balance exercise* dilaksanakan tiga kali dalam satu minggu selama lima minggu yakni frekuensi yang maksimal, serta bisa menambah keseimbangan postural lanjut usia serta mengantisipasi munculnya jatuh (Skelton,

2015). Madureira et al., (2016) menyebutkan latihan keseimbangan fungsional serta statis yang diberi latihan keseimbangan dari pada kelompok kontrol yang mana perbedaan keseimbangan sangatlah bermakna (Maryam et., 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Agus Priyanto dkk tahun 2019 *Balance Exercise* efektif diterapkan Terhadap Keseimbangan Postural Pada Lansia guna mengurangi resiko jatuh dengan hasil penelitian membuktikan adanya perbedaan keseimbangan postural pada lanjut usia sebelum serta setelah dilaksanakan balance exercise diperoleh p value 0.000<0,05 kemudian bisa diambil kesimpulan adanya pengaruh antara *balance exercise* terhadap keseimbangan postural pada lanut usia.

Berdasarkan studi kasus di RS pku Muhammadiyah Gombong pda bulan Desember 2023 telah dilakukan latihan keseimbangan pada tiga pasien resiko jatuh dan hasilnya adanya pengaruh latihan keseimbangan dalam meningktkan keseimbangan tubuh sehingga menurunkan resiko jatuh pada lansia.

Berlandaskan data tersebut, peneliti terdorong guna melaksanakan studi kasus tentang "Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia dengan Penerapan Latihan Keseimbangan (*Balance Exercise*)".

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia dengan Penerapan Latihan Kesimbangan (*Balance Exercise*)?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Memahami Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia dengan Penerapan Latihan Kesimbangan (*Balance Exercise*).

2. Tujuan Khusus
   a. Menjelaskan analisis pengkajian kepada lansia dengan masalah utama resiko jatuh dengan penerapan tindakan latihan keseimbangan (*Balance Exercise*).
   b. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada lansia dengan masalah utama resiko jatuh dengan penerapan tindakan latihan keseimbangan (*Balance Exercise*).
   c. Menjelaskan hasil analisis rencana keperawatan kepada lansia dengan masalah utama resiko jatuh dengan penerapan tindakan latihan keseimbangan (*Balance Exercise*).
   d. Menjelaskan hasil analisis implementasi keperawatan kepada lansia dengan masalah utama resiko jatuh dengan penerapan tindakan latihan keseimbangan (*Balance Exercise*).
   e. Menjelaskan hasil analisis evaluasi keperawatan kepada lansia dengan masalah utama resiko jatuh dengan penerapan tindakan latihan keseimbangan (*Balance Exercise*).

D. Manfaat

1. Manfaat keilmuan

   Bisa dijadikan sumber ilmu pengetahuan dan referensi untuk tenaga medis terkhusus keperawatan.

2. Manfaat aplikatif
   a. Penulis

      Meningkatkan pengetahuan juga untuk sarana mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang terdapat dalam perkuliahan dengan kasus di lapangan untuk memberi Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh

Pada Lansia Dengan Penerapan Latihan Kesiembangan (*Balance Exercise*).

b. Tempat Studi Kasus.

Menambah pengetahuan serta ilmu baru untuk tenaga kesehatan yakni perawat dalam memberi ilmu baru dan menambah Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia.

c. Pasien dan Keluarga

Meningkatkan informasi terkait terapi yang bisa diberi kepada pasien maupun keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Akwilina Ritarni Anseli Soru, A. W. (2018). Penerapan Sasaran Keselamatan Pasien. *Journal Stikes*. https://jurnal.stikesbaptis.ac.id/index.php/STIKES/article/view/392

Asmirajanti, M., Yani, A., Hamid, S., & Hariyati, T. S. (2018). Enfermería Clínica. *Enfermería Clínica*,*28*, 240–244. https://doi.org/10.1016/S1130-8621(18)30076-7

Basabih, M. (2017). Perlukah Keselamatan Pasien Menjadi IndikatorKinerja RS BLU? *Jurnal ARSI*, *3*(2), 150–157.

Carlesi, K. C., dkk. (2017). Patient Safety Incidents and Nursing Workload. *Revista Latino- Americana de Enfermagem*,*25*. https://doi.org/10.1590/1518-8345.1280.2841

Clara, A. (2017). *Pelaksanaan Pencegahan Risiko Jatuh yang DilakukanPerawat di Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara*. 1–93.

Donahue, K. T., & Yen, J. (2013). Joint commission internaional standar akreditasi rumah sakit edisi ke-4. In *Gramedia* (Vol. 23, Issue 1).

Faridha, N. R. D., & Milkhatun. (2020). Hubungan Pengetahuandengan Kepatuhan Perawat dalam PelaksanaanPencegahan Pasien Jatuh di Rumah SakitUmum Daerah Pemerintah Samarinda. *Borneo Student Research*, *1*(3), 1883–1889.

Frida, E. M., & Putri, H. (2019). Hubungan pelayanan keperawatan dengan kepuasan pasien bpjs rawat inap dirumah sakit umum herna medan. *Jurnal Darma Agung Husada*, *VI*(2), 117– 123.

Ginting, R. (2019). *Pentingnya melakukan pelaksanaan langkah – langkah menuju keselamatan pasien dalam mencegah resiko jatuh di rumah sakit*. https://doi.org/10.31219/osf.io/9rhnq

Hakas, Y., Rasimin, R., Yusnaeni, & Dahrianis. (2019). *PengetahuanPerawat Dengan Upaya Penerapan Patient Safety*. *14*, 317–325.

Hessels, A. J., Paliwal, M., Weaver, S. H., Siddiqui, D., & Wurmser, T. A. (2019). Impact of Patient Safety Culture on Missed Nursing Care and Adverse Patient

Events. *Journal of Nursing Care Quality*, *34*(4),

287–294. https://doi.org/10.1097/NCQ.0000000000000378

Hia, Y. (2019). *Penerapan Keselamatan Pasien Dalam Mengurangi Angka Resiko Jatuh Dirumah Sakit*. *181101100*. https://doi.org/10.31227/osf.io/v64xf

Hiyama, A. (2017). Relationship between Ethical Issues in Fall Prevention Care and Nurses' Characteristics. *International Journal of Nursing*, *4*(2), 22–28. https://doi.org/10.15640/ijn.v4n2a3

Insani dkk, T. H. N. (2018). Analisis Pelaksanaan Keselamatan Pasien oleh Perawat. *Journal of Health Studies*, *2*(1), 84–95. https://doi.org/10.31101/jhes.436

Iriyanto Pagala, Zahroh Shaluhiyah, B. W. (2017). Perilaku Kepatuhan Perawat Melaksanakan SOP Terhadap Kejadian Keselamatan Pasiendi Rumah Sakit X Kendari. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, *July*, 17.

Jati, N. P. L. (2018). kepatuhan Perawat melaksanakan Standar Prosedur Operasioinal pencegahan Pasien Jatuh berdasarkan Faktor Demografi Dan Motivasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, *6*(2), 225–264.

Sembiring, N. G. C. (2020). *Pentingnya Implementasi Budaya Keselamatan Pasien Oleh Perawat di Rumah Sakit*. https://osf.io/preprints/wyd6k/*To-Ra*, *2*(1), 295. https://doi.org/10.33541/tora.v2i1.1132

Suryanto, D. T. F. (2018). Hubungan Budaya Keselamatan Pasien Dengan Pelaporan Insiden Keselamatan Pasien Oleh Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit. *Universitas SumateraUtara*

Syahputri, R. (2019). *Manfaat Standar Keselamatan Pasien Dalam Pelaksanaan Langkah- Langkah Menuju Keselamatan Pasien*. 1–9. https://doi.org/10.31219/osf.io/gs9ck

Tutiany, Lindawati, & Krisanti, P. (2017). Bahan Ajar Keperawatan: Manajemen Keselamatan Pasien. *Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*, 297.

WHO. (2019). Patient Safety and Risk Management Service Delivery and Safety. *Patient Safety Fact File*.

Widiasari, W., Handiyani, H., & Novieastari, E. (2019). Kepuasan Pasien Terhadap Penerapan Keselamatan Pasien Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *22*(1), 43–52. https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.615

Yarnita, Y. (2019). Budaya Keselamatan Pasien Pada Perawat Di Instalasi Perawatan Intensive Rsud Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jurnal Keperawatan Priority*, *2*(2),109. https://doi.org/10.34012/jukep.v2i2.570

JADWAL PENYUSUNAN KIA-NERS

Nama Kegiatan	Jadwal Kegiatan							
	2023	2024						
	Desember	Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni	Juli
Pengajuan Judul								
Penyusunan Proposal								
Ujian Proposal								
Pengambilan Data Hasil Studi Kasus								
Penyusunan Hasil penelitian								
Ujian Hasil								

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412
Website : https://library.unimugo.ac.id/
E-mail : lib.unimugo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Asuhan Keperawatan dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia dengan Penerapan Latihan Keseimbangan *(Balance Exercise)* di RS PKU Muhammadiyah Gombong
Nama : Yusrotun Khasanah
NIM : 202303177
Program Studi : Profesi Ners
Hasil Cek : 25 %

Gombong, 20 Juli 2024

Pustakawan

(Dwi Sundahrati, S.I.Pust)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

(Sawiji, M.Sc)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
BALANCE EXERCISE

A. Tahap pra interaksi

1. Membaca status pasien
2. Mencuci tangan
3. Ciptakan lingkungan yang tenang dan nyaman
4. Siapkan sebuah kursi, pilih yang stabil, kuat dan tidak memiliki roda.

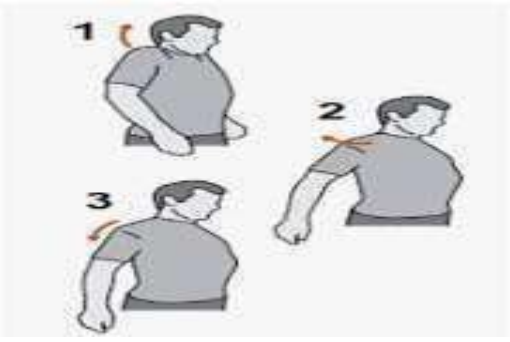
B. Tahap Orientasi

1. Memberikan salam terapeutik
2. Validasi kondisi klien
3. Menjaga privasi klien
4. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan pada klien dan keluarga.

C. Tahap kerja

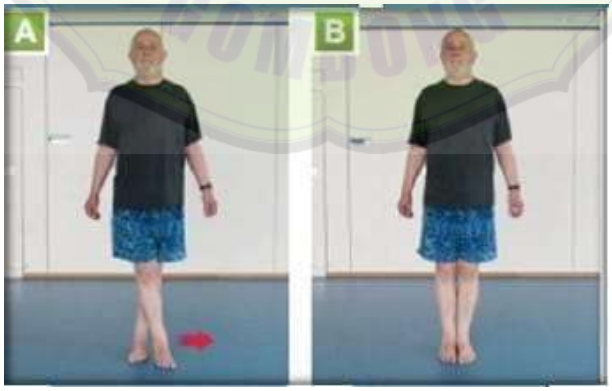
1. Pemanasan.(warning up)
   Prosedur pemanasan pada latihan keseimbangan lansia adalah duduk di kursi lalu ambil napas dalam melalui hidung sambil kedua lengandiangkat keatas lalu regangkan. Turunkan lengan dan hembuskan napas ulangi 5kali. Idealnya pemanasan dilakukan 5 sampai 10 menit.
2. Memutar bahu

   Perlahan putar bahu keatas, belakang dan bawah, lalu ke atas, depandan bawah. Lakukan prosedur ini 5 kali.



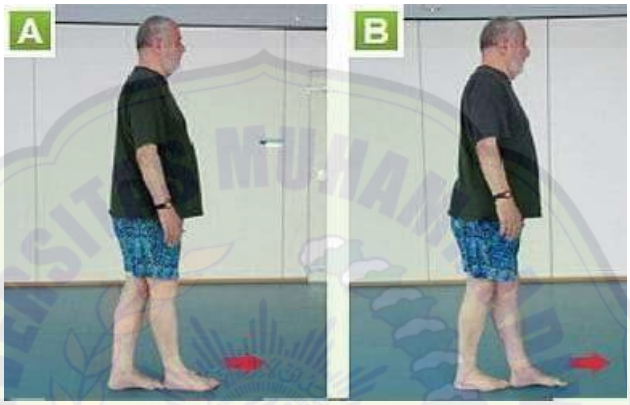
3. Berjalan Menyamping
    a. Berdiri dengan kaki di rapatkan dengan lutut yang sedikit bengkok
    b. Lebarkan kaki kesamping dengan perlahan dan terkontrol, geser satu kaki terlebih dahulu kesalah satu sisi
    c. Gerakan kaki lainnya yang telah di geser
    d. Hindari menjatuhkan pinggul anda saat melangkah. Lakukan 5 langkah setiap bergeser kesatu sisi, bergeser kembali 5 langkah ke sisi yang berlawanan. Prosedur diulangi 5 kali.

4. Berjalan menyilang



    a. Silangkan kaki kanan kedepan kaki kiri
    b. Gerakan kaki kiri ke samping menyilang di belakang kaki kanan
    c. Lakukan langkah 1 dan 2 secara berulang hingga 5 kali

5. Berjalan dengan tumit dan jari
    a. Berdiri tegak lurus, tempatkan tumit di depan jari kaki kiri
    b. Kemudian lakukan yang sama dengan tumit kaki sebelah kiri.
    c. Pastikan klien mempertahankan ini hingga lima tahapan.
    d. Lakukan prosedur ini 5 kali.



6. Berdiri satu kaki

    a. Arahkan lansia untuk berdiri menghadap kekursi dengan kedua tangan memegang kursi.
    b. Angkat kaki kiri setinggi lutut dan biarkan kaki kanan seperti posisi semula
    c. Pertahankan posisi ini 10 detik, lakukan masing masing kaki 5 kali
    d. Lakukan hal yang sama pada kaki kanan.

7. Bangun dari duduk

   Prosedurnya dimulai dengan meminta lansia untuk duduk di kursi dan meminta lansia untuk berdiri tanpa pegangan dilakukan 5 kali.

Gambar 5–25 Gerakan 3

8. Pendinginan (cooling down)

   Prosedurnya di mulai duduk pada kursi lalu ambil napas dalam melalui hidung sambil kedua lengan diangkat keatas lalu regangkan. Turukan lengan dan hembuskan napas. Ulangi 5 kali.

D. Tahap Terminasi
   1. Evaluasi hasil kegiatan/ latihan
   2. Lakukan kontrak untuk latihan selanjutnya
   3. Akhiri kegiatan dengan baik
   4. Rapikan Lingkungan/ tempat yang dipakai saat latihan
   5. Cuci tangan

E. Dokumentasi
   1. Catat waktu pelaksanaan tindakan
   2. Catat respon pasien
   3. Paraf dan nama perawat

Morse Fall Scale (MFS)

Nama Lansia: Usia :

Alamat : Tanggal:

No	Pengkajian	Skala		Nilai
1.	Riwayat jatuh; apakah lansia pernah jatuh dalam 3 bulan terakhir?	Tidak	0	
		Ya	25	
2.	Diagnosa sekunder; apakah lansia memiliki lebih dari satu penyakit?	Tidak	0	
		Ya	15	
3.	Alat bantu jalan:			
	a. Bedrest/dibantu perawat	0		
	b. Kruk/ tongkat/ walker	15		
	c. Berpegangan pada benda-benda di sekitar (kursi, lemari, meja)	30		
4.	Terapi Intravena; apakah saat ini lansia terpasang infus?	Tidak	0	
		Ya	20	
5.	Gaya berjalan/cara berpindah			
	a. Normal/bedrest/immobile (tidak dapat bergerak sendiri	0		
	b. Lemah (tidak bertenaga)	10		
	c. Gangguan/tidak normal (pincang, diseret)	20		
6.	Status Mental			
	a. Lansia menyadarai kondisi diri sendiri	0		
	b. Lansia mengalami keterbatasan daya ingat	15		
Total Skor				

Tingkatan Risiko Jatuh

Tingkatan risiko	Nilai MFS	Tindakan
Tidak berisiko	0 - 24	Perawatan dasar
Risiko rendah	25 - 50	Pelaksanaan intervensi pencegahan jatuh standar
Risiko tinggi	≥ 51	Pelaksanaan intervensi pencegahan jatuh risiko tinggi

INSTRUMEN KEMAMPUAN PASIEN DALAM MENERAPKAN BALANCE EXERCISE

Nama : Alamat :

Umur : Hari/Tanggal :

Hari/ tanggal	No	Langkah langkah penerapan *Balance Exercise*	Ya	Tidak
	1	Pemanasan.(*warning u*p) Prosedur pemanasan pada latihan keseimbangan lansia adalah duduk di kursi lalu ambil napas dalam melalui hidung sambil kedua lengan diangkat keatas lalu regangkan. Turunkan lengan dan hembuskan napas ulangi 5kali. Idealnya pemanasan dilakukan 5 sampai 10 menit.		
	2	Memutar bahu perlahan putar bahu keatas, belakang dan bawah, lalu ke atas, depan dan bawah. Lakukan prosedur ini 5kali.		
	3	Berjalan Menyamping 1) Berdiri dengan kaki di rapatkan dengan lutut yang sedikit bengkok 2) Lebarkan kaki kesamping dengan perlahan dan terkontrol, geser satu kaki terlebih dahulu kesalah satu sisi 3) Gerakan kaki lainnya yang telah di geser 4) Hindari menjatuhkan pinggul anda saat melangkah. Lakukan 5 langkah setiap bergeser kesatu sisi, bergeser kembali 5 langkah ke sisi yang berlawanan. Prosedur diulangi 5 kali	,	
	4	Berjalan menyilang 1) Silangkan kaki kanan kedepan kaki kiri		

		2) Gerakan kaki kiri ke samping menyilang di belakang kaki kanan 3) Lakukan langkah 1 dan 2 secara berulang hingga 5 kali		
	5	Berjalan dengan tumit dan jari 1) Berdiri tegak lurus, tempatkan tumit di depan jari kaki kiri 2) Kemudian lakukan yang sama dengan tumit kaki sebelah kiri. Pastikan klien mempertahankan ini hingga lima tahapan. 3) Lakukan prosedur ini 5 kali.		
	6	Berdiri satu kaki 1) Arahkan lansia untuk berdiri menghadap kekursi dengan kedua tangan memegangkursi 2) Angkat kaki kiri setinggi lutut dan biarkan kaki kanan seperti posisi semula 3) Pertahankan posisi ini 10 detik, lakukan masing masing kaki 5 kali 4) Lakukan hal yang sama pada kaki kanan		
	7	Bangun dari duduk Prosedurnya dimulai dengan meminta lansia untuk duduk di kursi dan meminta lansia untuk berdiri tanpa pegangan dilakukan 5 kali		
	8	Pendinginan (*Cooling Down*) Prosedurnya di mulai duduk pada kursi lalu ambil napas dalam melalui hidung sambil kedua lengan diangkat keatas lalu regangkan. Turukan lengan dan hembuskan napas. Ulangi5 kali		
Total				

Kriteria Objektif:

1. Mampu Jika Bisa Menerapakan 7-8 Gerakan
2. Cukup Mampu Jika Menerapkan 4-6 Gerakan
3. Kurang Mampu Jika Menerapkan 1-3 Gerakan

LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yusrotun Khasanah
NIM 202303177
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong. Pada kesempatan ini saya akan melakukan studi kasus yang berjudul "Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia Dengan Penerapan Latihan Keseimbangan *(Balance Exercise)* Di RS PKU Muhammadiyah Gombong". Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan *balance exercise* untuk mengurangi resiko jatuh. Manfaat dari studi kasus ini menambah pengalaman melalui tindakan asuhankeperawatan pada pasien lansia untuk mengurangi resiko jatuh serta menambah bahan ajar untuk praktek di masyarakat. Hasil studi ini diharapkan sebagai bahan masukan bagi rumah sakit dalam memberikan dan meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan resiko jatuh. Studi kasus ini dilakukan di PKU Muhammadiyah Gombong.

Oleh karena itu, saya meminta kesediaan bapak/ibu untuk berpartisipasi sebagai partisipan dalam studi kasus saya secara sukarela. Sebagai partisipan bapak/ibu berhak menentukan sikap dan keputusan untuk tetap berpartisipasi dalam studi kasus ini atau akan mengundurkan diri karena alasan tertentu. Studi kasus ini akan dilakukan dengan melakukan pengakajian terhadap bapak/ibu untuk selanjutnya dilakukan analisis data, intervensi dan implementasi berupa terapi *balance exercise*, sebelum melakukan pengkajian lebih lanjut peneliti menjelaskan terlebih dahulu terkait studi kasus yang akandilakukan.

1) Kesukarelaan untuk ikut penelitian
   Bapak/Ibu bebas memilih keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan. Bila bapak/ibu memutuskan untuk ikut, bapak/ibu juga bebas untuk mengundurkandiri/berubah pikiran setiap saat tanpa dikenai denda atau sanksi apapun. Bila bapak/ibu tidak bersedia untuk berpartisipasi, maka tidak akan berdampak apapun pada perawatan kesehatan dan pekerjaan ibu.
2) Prosedur studi kasus
   Apabila bapak/ibu bersedia berpartisipasi dalam studi kasus ini, bapak/ibu diminta menandatangani lembar persetujuan (inform consent). Prosedur selanjutnya adalah proses pengambilan data yang akan dilakukan dengan wawancara atau tanya jawab terkait data yang dibutuhkan dan melakukan pengecekan tekanan darah sesuai dengan datainklusi.
3) Kewajiban subyek studi kasus
   Sebagai subyek studi kasus, bapak/ibu berkewajiban mengikuti aturan atau petunjuk studi kasus seperti yang tertulis diatas. Bila ada yang

belumjelas, bapak/ibu bisa bertanya lebih lanjut kepada peneliti.

4) Risiko dan Efek samping dan penanganannya
   Studi kasus ini tidak memberikan risiko atau efek samping terhadap bapak/ibu. Apabila bapak/ibu merasa tidak nyaman selama proses studi kasus berlangsung, ibu berhak mengundurkan diri dari responden studi kasus.
5) Kerahasiaan
   Semua informasi yang berkaitan dengan identitas partisipan studi kasus akan dirahasikan dan hanya akan diketahui oleh peneliti. Hasil studi kasus akan dipublikasikan tanpa identitas partisipan penelitian.
6) Pembiyaan
   Semua biaya yang terkait studi kasus akan ditanggung oleh peneliti.
7) Informasi Tambahan
   Bapak/Ibu diberi kesempatan untuk menanyakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan studi kasus ini. Bila sewaktu-waktu terjadi efek samping atau membutuhkan penjelasan lebih lanjut, bapak/ibu dapat menghubungi peneliti (No.HP/WA 0813-9300-8316).

Gombong,.....
Peneliti,

Yusrotun Khasanah

INFORM CONSENT

Nama : Yusrotun Khasanah

NIM 202303177

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Saya mahasiswa profesi ners reguler di Universitas Muhammadiyah Gombong akan melakukan studi kasus dengan judul "Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia Dengan Penerapan Latihan Keseimbangan (Balance Exercise) Di RS PKU Muhammadiyah Gombong". Asuhan keperawatan ini bertujuan untuk mengetahui analisis tentang asuhan keperawatan pada klien lansia yaitu menggunakan *Balance exercise* untuk mengurangi resiko jatuh yang berjumlah 5 pasien.

Saya juga menjamin dalam proses dan hasil analisi asuhan keperawatan ini tidak akan memberikan dampak negatif bagi responden maupun pihak yang terkait. Hasil analisis asuhan keperawatan ini dapat bermanfaat bagi para responden untuk memberikan perubahan pada pasien lansia dengan resiko jatuh. Dalam asuhan keperawatan ini menggunakan inovasi atau tindakan *balance exercise* yang akan dipantau dengan mengguanakan lembar observasi yang sudah disediakan. Saya menghormati keinginan anda/ keluarga untuk tidak ikut menjadi responden. Saya akan menjaga kerahasiaan anda sebagai responden dalam penelitian ini. Data yang terkumpul akan disimpan dengan baik dan dijaga kerahasiaanya oleh peneliti. Dalam studi kasus ini responden tidak perlu menuliskan nama lengkap cukup menuliskan inisial nama.

Gombong, ...

Peneliti,

Yusrotun Khasanah

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama (inisial) :
Umur :
Jeis kelamin :

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa setelah mendapatkan peenjelasan penelitian dan memahami informasi yang diberikan oleh peeneliti serta mengetahuitujuan dan manfaat penelitian, maka dengan ini saya secara sukarela menyetujui anak saya menjadi responden dalam studi kasus ini

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadarantanpa paksaan dari siapapun.

Gombong.....

Saksi Yang menyatakan,

Yusrotun Khasanah ……..

LEMBAR OBSERVASI PELAKSANAAN *BALANCE EXERCISE*

Pasien	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Pertemuan 3	Pertemuan 4	Pertemuan 5	Pertemuan 6	Pertemuan 7	Pertemuan 8	MFS sebelum BE	MFS sesudah BE
Pasien 1	5-2-2024	7-2-2024	9-2-2024	11-2-2024	13-2-2024	15-2-2024	17-2-2024	19-2-2024	40	25
Pasien 2	6-2-2024	8-2-2024	10-2-2024	12-2-2024	14-2-2024	16-2-2024	18-2-2024	20-2-2024	50	25
Pasien 3	19-2-2024	21-2-2024	23-2-2024	25-2-2024	27-2-2024	29-2-2024	2-3-2024	4-3-2024	45	30
Pasien 4	20-2-2024	22-2-2024	24-2-2024	26-2-2024	28-2-2024	30-2-2024	1-3-2024	3-3-2024	40	25
Pasien 5	4-3-2024	6-3-2024	8-3-2024	10-3-2024	12-3-2024	14-3-2024	16-3-2024	18-3-2024	50	40

Lampiran 8

Format Kegiatan Bimbingan

FORMAT KEGIATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Yusrotun Khasanah
NIM : 202303177
Pembimbing : Rina Saraswati,M.Kep

Hari/Tanggal Bimbingan	Topik/Materi dan saran Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Paraf Pembimbing
07-11-2023	Konsul judul (on line) revisi	Yusrotun	
23-11-2023	judul acc	Yusrotun	
24-11-2023	konsul bab I revisi	Yusrotun	
6-12-2023	Bab I acc	Yusrotun	
14-12-2023	Konsul bab II revisi	Yusrotun	
18-12-2023	Konsul bab III Bab II acc	Yusrotun	
26-12-2023	Bab III revisi	Yusrotun	
26-12-2023	Bab III acc	Yusrotun	

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

(Wuri Utami, M. Kep)

Lampiran 8

Format Kegiatan Bimbingan

FORMAT KEGIATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Yusrotun Khasanah
NIM : 202303177
Pembimbing : Rina Saraswati,M.Kep

Hari/Tanggal Bimbingan	Topik/Materi dan saran Pembimbing	Tanda tangan Mahasiswa	Paraf Pembimbing
Jum'at 5 Juli 2024	- Konsul Bab 4-5 - Konsul Askep		
Sabtu 13 Juli 2024	- Konsul Bab 4-5 post revisi - Konsul Askep post revisi - acc		
Selasa 16 Juli 2024	- Perbaikan Bab 4 sesuai buku pedoman - Buat Abstrak		
Sabtu 18 Juli 2024	Acc ujian hasil.		

Mengetahui
Ketua Program Studi Pendidikan
Profesi Ners Program Profesi

(Wuri Utami, M. Kep)

LEMBAR REVISI

MAHASISWA : Yusrotun Khasanah
NIM : 202303177
JUDUL : Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia Dengan Penerapan Latihan Keseimbangan (*Balance Exercise*) Di RS PKU Muhammadiyah Gombong

PENGUJI : Marsito, SKp., M.Kep., Sp.Kom

BAB	HAL	SARAN	PARAF
	vi	Abstrak ditambahkan	
IV	64	Tabel data diperbaiki	
IV	72	Pembahasan di tambahkan	

LEMBAR REVISI

MAHASISWA : Yusrotun Khasanah
NIM : 202303177
JUDUL : Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Utama Resiko Jatuh Pada Lansia Dengan Penerapan Latihan Keseimbangan (*Balance Exercise*) Di RS PKU Muhammadiyah Gombong

PENGUJI : Rina Saraswati, M.Kep

BAB	HAL	SARAN	PARAF
III	34	Tata tulis diperbaiki	
III	38	Kata bahasa asing dicetak miring	
IV	71	Kata asing dicetak miring	
IV	72	Hasil pembahasan ditambahkan	