

**ASUHAN KEPERAWATAN RISIKO JATUH DENGAN
LATIHAN KESEIMBANGAN MENGGUNAKAN
PARALLEL BARS PADA LANSIA DI RUANG
DEI SABISU SHIJOUNAWATESOU OSAKA
TAHUN 2024**



Oleh :

NI KADEK DIAN ROSITA DEWI

NIM. P07120324075

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR 2024**

**ASUHAN KEPERAWATAN RISIKO JATUH DENGAN
LATIHAN KESEIMBANGAN MENGGUNAKAN
PARALLEL BARS PADA LANSIA DI RUANG
DEI SABISU SHIJOUNAWATESOU OSAKA
TAHUN 2024**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan**

**Oleh :
NI KADEK DIAN ROSITA DEWI
NIM. P07120324075**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
DENPASAR 2024**

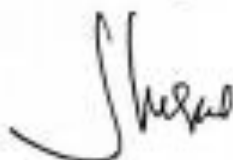
LEMBAR PERSETUJUAN

**ASUHAN KEPERAWATAN RISIKO JATUH DENGAN
LATIHAN KESEIMBANGAN MENGGUNAKAN
PARALLEL BARS PADA LANSIA DI RUANG
DEI SABISU SHJOUNAWATESOU OSAKA
TAHUN 2024**

**Diajukan oleh :
NI KADEK DIAN ROSITA DEWI
NIM. P07120324075**

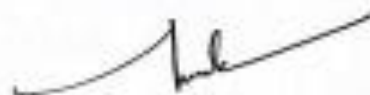
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Ketut Sudiantara, A. Per. Pen., S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196808031989031003

Pembimbing Pendamping



Dr. Drs. I Wayan Mustika, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196508111988031002

**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukirja, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN RISIKO JATUH DENGAN
LATIHAN KESEIMBANGAN MENGGUNAKAN
PARALLEL BARS PADA LANSIA DI RUANG
DEI SABISU SHIJOUNAWATESOU OSAKA
TAHUN 2024**

Diajukan oleh :
NI KADEK DIAN ROSITA DEWI
NIM. P07120324075

**TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : RABU
TANGGAL : 8 JANUARI 2025**

TIM PENGUJI :

- | | | | |
|---|-------------|---|---|
| 1. Dr. I Wayan Suardana, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.197201091996031001 | (Ketua) (|  |) |
| 2. I Gusti Ketut Gede Ngurah, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196303241983091001 | (Anggota) (| |) |
| 3. Dr. Agus Sri Lestari, S.ST., S.Kep., Ns., M.Erg
NIP. 196408131985032002 | (Anggota) (| |) |

**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Made Sukaria, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 196812311992031020

**NURSING CARE RISK FALLS WITH BALANCE EXERCISES
USING PARALLEL BARS IN THE ELDERLY AT
DEI SABISU SHIJOUNAWATESOU OSAKA
IN 2024**

Ni Kadek Dian Rosita Dewi

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : *dian3107rosita@gmail.com*

ABSTRACT

The risk of falling is a condition of a person who is at risk of physical damage and health problems due to falling. Risk factors for falls are age ≥ 65 years, history of falls, lower limb prosthesis, use of walking aids, decreased level of consciousness, changes in cognitive function, unsafe environment, postoperative conditions, orthostatic hypotension, changes in blood glucose levels, anemia, decreased muscle strength, hearing loss, balance disturbances, visual impairment, neuropathy and pharmacological agent effects. One of the interventions in overcoming the risk of falling is balance exercises using parallel bars. The purpose of this study is to find out the picture of fall risk nursing care with balance exercises using parallel bars in the elderly in the Dei Sabisu Room, Shijounawatesou, Osaka in 2024. The preparation method uses a case study design. The study was carried out on 2 patients at risk of falling. Nursing diagnosis, namely the risk of falls, is evidenced by age over 65 years, history of falls, use of walking aids, decreased muscle strength, loss of balance. The interventions provided are in the form of fall prevention and mobilization support consisting of observation, therapy and education. The implementation is carried out 3 times a week for 8 weeks with therapeutic measures in the form of balance exercises using parallel bars. The results of the evaluation showed that there was a decrease in the risk of falling in both patients. The conclusion obtained is that balance exercises using parallel bars can reduce the risk of falling.

Keywords: Nursing Care, Fall Risk, Balance

**ASUHAN KEPERAWATAN RISIKO JATUH DENGAN
LATIHAN KESEIMBANGAN MENGGUNAKAN
PARALLEL BARS PADA LANSIA DI RUANG
DEI SABISU SHIJOUNAWATESOU OSAKA
TAHUN 2024**

Ni Kadek Dian Rosita Dewi

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email : *dian3107rosita@gmail.com*

ABSTRAK

Risiko jatuh merupakan kondisi seseorang yang berisiko mengalami kerusakan fisik dan gangguan kesehatan akibat terjatuh. Faktor risiko dari risiko jatuh adalah umur ≥ 65 tahun, riwayat jatuh, anggota gerak bawah prosthesis, penggunaan alat bantu berjalan, penurunan tingkat kesadaran, perubahan fungsi kognitif, lingkungan tidak aman, kondisi pasca operasi, hipotensi ortostatik, perubahan kadar glukosa darah, anemia, kekuatan otot menurun, gangguan pendengaran, gangguan keseimbangan, gangguan penglihatan, neuropati dan efek agen farmakologis. Salah satu intervensi dalam mengatasi risiko jatuh adalah latihan keseimbangan dengan menggunakan *parallel bars*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan risiko jatuh dengan latihan keseimbangan menggunakan *parallel bars* pada lansia di Ruang *Dei Sabisu*, Shijounawatesou, Osaka tahun 2024. Metode penyusunan menggunakan rancangan studi kasus. Pengkajian dilakukan pada 2 pasien dengan risiko jatuh. Diagnosis keperawatan yaitu risiko jatuh dibuktikan dengan usia lebih dari 65 tahun, riwayat jatuh, penggunaan alat bantu berjalan, kekuatan otot menurun, kehilangan keseimbangan. Intervensi yang diberikan berupa pencegahan jatuh dan dukungan mobilisasi yang terdiri dari observasi, terapeutik dan edukasi. Implementasi dilakukan sebanyak 3 kali seminggu selama 8 minggu dengan tindakan terapeutik berupa latihan keseimbangan dengan menggunakan *parallel bars*. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa terjadi penurunan risiko jatuh pada kedua pasien. Kesimpulan yang diperoleh yaitu latihan keseimbangan dengan menggunakan *parallel bars* dapat menurunkan risiko jatuh.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Risiko Jatuh, Keseimbangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners (KIAN) yang berjudul “Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan *Parallel bars* Pada Lansia Di Ruang *Dei Sabisu Shijounawatesou* Osaka Tahun 2024” tepat pada waktunya.

Dalam penulisan KIAN ini penulis menerima banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga KIAN ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam penelitian pendidikan profesi ners Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan penulisan KIAN prodi Profesi Ners.
3. Nengah Runiari.,S,Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah membimbing & memberikan masukan dalam penyelesaian KIAN.
4. Ketut Sudiantara, A.Per.Pen.,S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

5. Dr. Drs I Wayan Mustika, M.Kes selaku Dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan serta mengarahkan penulis dalam menyelesaikan penelitian.
6. Bapak/Ibu dosen dan staff pegawai Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang turut memberikan arahan dan masukan yang berguna bagi penulis.
7. Kepada orang tua penulis I Putu Gede Eka Artawan dan Ni Made Adnyani, saudara penulis I Putu Heri Setiawan dan Nenek penulis Ni Ketut Karti yang selalu memberikan doa, semangat, fasilitas, perhatian dan motivasi kepada penulis.

Penulis berharap dapat menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun sehingga dapat menyempurnakan penelitian ini. Harapan penulis, semoga KIAN ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan terutama bagi penulis serta bermanfaat bagi pembaca.

Osaka, 1 Oktober 2024

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Dian Rosita Dewi

NIM : P07120324075

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Br. Grokgak, Sempidi

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan *Parallel bars* Pada Lansia Di Ruang *Dei Sabisu Shijounawatesou* Osaka adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Osaka, 1 Oktober 2024

Yang membuat pernyataan



Ni Kadek Dian Rosita Dewi
NIM. P07120324075

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penulisan	5
D. Manfaat Penulisan.....	7
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	16
A. Konsep Lansia.....	16
B. Konsep Dasar Masalah Risiko Jatuh Pada Lansia	35
C. Konsep Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Pada Lansia	42
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA	60
A. Pengkajian Keperawatan.....	60
B. Diagnosis Keperawatan.....	77
C. Perencanaan Keperawatan	80
D. Implementasi Keperawatan.....	86

E. Evaluasi Keperawatan.....	87
BAB IV PEMBAHASAN.....	93
A. Analisis Asuhan Keperawatan	93
B. Analisis Salah Satu Intervensi Inovasi Dengan Konsep Evidence Based Practice	99
BAB V PENUTUP.....	102
A. Kesimpulan	102
B. Saran.....	103
DAFTAR PUSTAKA.....	105
DAFTAR LAMPIRAN	109

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian	109
Lampiran 2	Rencana Anggaran Biaya Penelitian	110
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden	111
Lampiran 4	Persetujuan Setelah Penjelasan	112
Lampiran 5	Pengkajian Aktivitas Hidup Sehari-hari, Kognitif dan Mental Pada Tn. K.....	114
Lampiran 6	Pengkajian Aktivitas Hidup Sehari-hari, Kognitif dan Mental Pada Tn. K.....	121
Lampiran 7	Implementasi Keperawatan Risiko Jatuh Pada Tn. K	128
Lampiran 8	Implementasi Keperawatan Risiko Jatuh Pada Ny. M	177
Lampiran 9	Surat Izin Penelitian	226
Lampiran 10	Dokumentasi Pelaksanaan Intervensi.....	227
Lampiran 11	Bukti Validasi Bimbingan	228
Lampiran 12	Surat Bukti Penyelesaian Administrasi	229
Lampiran 13	Hasil Cek Turnitin.....	230

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Alur Penyusunan Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan <i>Parallel bars</i> Pada Lansia di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	8
----------	---	---

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Perubahan Pada Lansia.....	21
Tabel 2	Rencana Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan <i>Parallel bars</i> Di ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	47
Tabel 3	Jurnal Intervensi Latihan Keseimbangan Berdasarkan Analisis PICOT.....	55
Tabel 4	Pengkajian Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan <i>Parallel bars</i> Pada Lansia Di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	60
Tabel 5	Pengkajian Risiko Jatuh Pada Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan Parallel Bars Pada Tn. K di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	74
Tabel 6	Pengkajian Risiko Jatuh Pada Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan Parallel Bars Pada Ny. M di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	75
Tabel 7	Analisis Data Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan <i>Parallel Bars</i> Pada Lansia di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	77
Tabel 8	Rencana Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan <i>Parallel Bars</i> Di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	80
Tabel 9	Evaluasi Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Menggunakan <i>Parallel bars</i> Pada Lansia Di Ruang <i>Dei Sabisu</i> Shijounawatesou Osaka Tahun 2024.....	86
Tabel 10	Hasil Pengkajian Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh Dengan Latihan Keseimbangan Menggunakan <i>Parallel bars</i> Pada	93

Lansia Di Ruang *Dei Sabisu* Shijounawatesou Osaka Tahun
2024.....