

Asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hambatan mobilitas fisik melalui latihan mobilitas dan kebugaran = Nursing care for impaired physical mobility in older person through fitness and mobility exercise

Yulia Puji Sulistyani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20434761&lokasi=lokal>

Abstrak

Lansia akan mengalami berbagai perubahan, baik aspek fisiologis maupun psikologis. Salah satu perubahan fisiologis pada lansia ialah sistem muskuloskeletal. Perubahan sistem muskuloskeletal serta faktor risiko lain pada lansia dapat mengakibatkan masalah hambatan mobilitas fisik. Latihan mobilitas dan kebugaran merupakan salah satu latihan yang dapat dilakukan untuk mengatasi hambatan mobilitas fisik. Tujuan penulisan ini untuk memaparkan analisis praktik asuhan keperawatan pada lansia dengan hambatan mobilitas fisik. Hasil evaluasi menunjukkan hasil positif, yaitu adanya peningkatan nilai Berg Balance Scale (BBS) dari 36 menjadi 39, nilai Elderly Mobility Scale (EMS) dari 13 menjadi 18, hasil Timed Up and Go (TUG) dari 28 detik menjadi 17 detik, serta peningkatan kekuatan otot pada kedua ekstremitas atas dan ekstremitas kanan bawah. Perawat dapat memberikan latihan fisik berupa latihan mobilitas dan kebugaran secara teratur dan bertahap untuk meningkatkan/ mempertahankan tingkat mobilitas lansia.

Older person undergo numerous changes, both physiological and psychological aspects. One of the physiological changes is the musculoskeletal system. Changes in the musculoskeletal system as well as other risk factors in older person can lead to problems of impaired physical mobility. Fitness and mobility exercise is one of the physical exercises that can be done to overcome barriers to physical mobility. The purpose of this study to give an overview of the analysis of nursing care for impaired physical mobility in older person. The evaluation showed positive results which an increase score Berg Balance Scale (BBS) 36 to 39, Elderly Mobility Scale (EMS) 13 to 18, Timed Up and Go (TUG) test 28 to 17 second, and an increase muscle strength both of upper extremity and right below extremity. Nurses can provide fitness and mobility exercise regularly and gradually to increase/maintain the level of mobility of the older person.