

## Asuhan keperawatan pada lansia usia dengan risiko jatuh melalui intervensi latihan berbasis pilates di Panti Sosial Tresna Werdha Jakarta Timur = Nursing care plan in elderly with fall risk through pilates based exercises intervention at Panti Sosial Tresna Werdha East Jakarta

Siti Fatimah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491472&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Asuhan Keperawatan pada Lanjut Usia dengan Risiko Jatuh melalui Latihan Berbasis Pilates di Panti Sosial Tresna Wedha Jakarta Timur

Populasi lansia yang semakin meningkat berkaitan dengan masalah kesehatan yang dapat muncul, salah satunya adalah kejadian jatuh menyebabkan cedera. Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulia 01 Cipayung merupakan lembaga pelayanan yang berada di bawah naungan Dinas Sosial pemerintah provinsi DKI Jakarta yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan hidup lansia. Masalah keperawatan yang umum ditemukan pada lansia adalah risiko jatuh. Karya ilmiah Ners bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada lansia dengan intervensi unggulan yaitu latihan berbasis Pilates. Intervensi ini dilaksanakan selama 6 minggu sebanyak 12 sesi pada tiga klien. Instrumen evaluasi yang digunakan yaitu tes Time Up and Go (TUG), tes Forward Reach, dan tes turn-180. Hasil pemeriksaan menunjukkan klien mengalami peningkatan hasil tes TUG 24,12 menjadi 22,54; tes Forward reach 18 menjadi 20 cm; serta hasil tidak mengalami perubahan pada tes Turn-180 dengan hasil 4 langkah. Latihan berbasis Pilates ini diharapkan dapat dipraktikkan sebagai salah satu aktivitas fisik lansia di panti.

---

Nursing Care Plan in Elderly with Fall Risk through Pilates Based Exercises at Panti Sosial Tresna Wedha East Jakarta

Increasing elderly population is related to health problems that can arise, one of which is the occurrence of falls causing injury. Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulia 01 Cipayung is a service institution under the auspices of the DKI Jakarta provincial Social Service Office which aims to fulfill the needs of the elderly. Nursing problems commonly found in the elderly are the risk of falling. The final case study aims to analyze nursing care for the elderly with superior intervention, namely Pilates-based training. This intervention was carried out for 6 weeks in 12 sessions among three clients. The evaluation instruments used were the Time Up and Go (TUG) test, the Forward Reach test, and the 180-turn test. The results of the examination show that the client experienced an increase in TUG test results of 12.12 to 22.54; Forward reach test 18 cm to 20 cm; and the results did not change in the Turn-180 test with 4 steps. Pilates-based exercises were expected to be practiced as one of the physical activities of the elderly in the orphanage.