

## Asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik menggunakan program latihan elastic band = Nursing care for elderly with impaired physical mobility using the elastic band exercise program

Fauziah Khairunnisa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491832&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Permasalahan yang sering dialami pada lansia adalah masalah hambatan mobilitas fisik, karena adanya perubahan pada sistem muskuloskeletal seiring dengan penambahan usia dan gaya hidup. Karya ilmiah ini bertujuan untuk memaparkan hasil asuhan keperawatan yang diberikan pada tiga lansia dengan masalah hambatan mobilitas di PSTW Budi Mulia 1 Ciracas. Penulis yang berperan sebagai perawat melakukan asuhan keperawatan dengan hambatan mobilitas fisik di PSTW Budi Mulia 1 Ciracas mulai tanggal 19 Maret-11 Mei 2019. Intervensi yang dilakukan yaitu program latihan *Elastic Band* yang merupakan latihan untuk kekuatan otot dan keseimbangan. Hasil dari latihan yang menunjukkan adanya peningkatan nilai skala keseimbangan Berg (BBT), yaitu pada klien kelolaan skor dari 46 menjadi 49, nilai klien resume 1 skor dari 41 menjadi 45, nilai klien resume 2 skor dari 41 menjadi 47. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada mobilitas sendi, kekuatan otot dan daya tahan tubuh klien setelah latihan. Rekomendasi untuk selanjutnya bagi pihak STW ialah adanya pengembangan latihan kekuatan otot dan keseimbangan secara berkala yang aman bagi lansia sehingga hambatan mobilitas fisik pada lansia dapat menurun atau meminimalkan angka kejadiannya. Bagi keperawatan agar dapat mengaplikasikan intervensi terkait masalah mobilitas dengan baik agar dapat meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup lansia.

<hr>

The problem that is often experienced in the elderly is the problem of impaired to physical mobility, because of the changes in the musculoskeletal system along with age and lifestyle. This scientific work aims to describe the results of nursing care given to three elderly people with problems with impaired mobility at PSTW Budi Mulia 1 Ciracas. Authors who act as nurses carry out nursing care with impaired physical mobility at PSTW Budi Mulia 1 Ciracas starting on March 19-May 11, 2019. The intervention is the Elastic Band exercise program which is an exercise for muscle strength and balance. The result of the exercise showed that an increase in the Berg balance (BBT) value, which is the managed clients score from 46 to 49, the value of the resume client 1 score from 41 to 45, the client value resumes 2 scores from 41 to 47.</em>  
<em>This shows there is an increase in joint mobility, muscle strength and endurance of clients after training. The recommendations for the next for STW are the development of muscle strength and balance exercises that are safe for the elderly so the impaired to physical mobility in the elderly can decrease or minimize the incidence. For nursing to apply the interventions related to mobility problems well in order to improve the health and quality of life the elderly.