

# Analisis Asuhan Keperawatan Risiko Jatuh dengan Penerapan Intervensi Multifactorial Exercise Pada Lanjut Usia di Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur = Analysis Nursing Care of Fall Risk with the Implementation of Multifactorial Exercise (ME) Interventions in the Elderly at Sasana Tresna Werdha Ria Pembangunan Cibubur

Regita Sari Cahya Ningsih, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20507770&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Lansia mengalami penurunan fungsi fisiologis pada sistem muskuloskeletal dikarenakan proses menua. Perubahan sistem ini menimbulkan masalah risiko jatuh pada lansia. Risiko jatuh dapat meningkatkan kerentanan kejadian jatuh, sehingga dapat menyebabkan cedera fisik. Penulis ini bertujuan untuk menganalisis intervensi unggulan dalam mengatasi risiko jatuh pada lansia yaitu intervensi Multifactorial Exercise dengan metode Stay and Independent for Life (SAIL). Intervensi ini merupakan kombinasi antara latihan kekuatan otot dan keseimbangan dilakukan selama 2 minggu dalam frekuensi 2 kali seminggu pada klien kelolaan. Hasil implementasi akan dievaluasi menggunakan pengukuran Morse Falls Scale (MFS), Time Up and Go Test (TUG) dan Berg Balance Scale (BBS). Hasil menunjukkan peningkatan pada pengukuran TUG yang melihat keseimbangan dalam pergerakan mobilitas klien, dan didapatkan skor 33 detik menjadi 31 detik setelah intervensi. Pengukuran keseimbangan klien dengan BBS menunjukkan peningkatan skor dari 14 menjadi 16. Rekomendasi penulis perlu ditambahkan intervensi Multifactorial Exercise sebagai variasi dalam Terapi Aktivitas Kelompok yang sudah dilakukan secara rutin. Manfaatnya agar lansia tidak cepat bosan dengan latihan yang sedang diterapkan, selain itu variasi latihan dapat memberikan hasil yang optimal.

<hr>

The elderly experience a decrease in physiological function in the musculoskeletal system due to aging. This system change raises the risk of falling in the elderly. The risk of falling can increase the susceptibility to falls, which can cause physical injury. This author aims to analyze leading interventions in overcoming the risk of falling in the elderly, namely the Multifactorial Exercise intervention with the Stay and Independent for Life (SAIL) method. This intervention is a combination of muscle strength and balance exercises carried out for 2 weeks in a frequency of 2 times a week on managed clients. Implementation results will be evaluated using Morse Falls Scale (MFS), Time Up and Go Test (TUG) and Berg Balance Scale (BBS) measurements. The results show an increase in TUG measurements that see balance in the movement of client mobility, and obtained a score of 33 seconds to 31 seconds after the intervention. Measurement of client balance with BBS shows an increase in score from 14 to 16. The authors recommendation needs to be added to the intervention of Multifactorial Exercise as a variation in Group Activity Therapy that has been done routinely. The benefit is that the elderly do not get bored quickly with the exercise being applied, besides that variations of the exercise can provide optimal results.