

# Analisis Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Masalah Risiko Jatuh melalui Penerapan Square Stepping Exercise di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 = Analysis of Nursing Care for the Elderly with Risk Fall through The Application of Square Stepping Exercise at Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1

Sitohang, Christine, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920549638&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Individu yang memasuki tahap akhir perkembangan akan mengalami penurunan fungsi pada sistem tubuhnya. Salah satunya merupakan perubahan sistem muskuloskeletal yang identik dengan penurunan kekuatan otot, tulang dan sendi yang dapat memengaruhi keseimbangannya. Lansia yang memiliki gangguan keseimbangan akan mengalami risiko jatuh yang lebih tinggi. Karya ilmiah ini bertujuan untuk memberikan gambaran dalam penerapan asuhan keperawatan pada lansia yang memiliki masalah resiko jatuh. Format pengkajian Berg Balance Test (BBT) dan Timed up and Go test (TUG) digunakan untuk mengukur resiko jatuh klien. Bentuk intervensi keperawatan yang dapat diberikan untuk menangani masalah resiko jatuh adalah latihan keseimbangan dengan metode square stepping exercise (SSE). Intervensi diberikan satu kali dalam sehari selama 12 hari dengan durasi 30-40 menit. Hasil yang diperoleh selama menerapkan metode latihan ini didapatkan peningkatan kecepatan berjalan sebesar 1 menit 15 detik saat dilakukan rata-rata pengukuran awal dan akhir dengan timed up and go test, serta peningkatan keseimbangan dilihat dari adanya penambahan skor Berg Balance Test sebesar 3 poin. Latihan ini direkomendasikan untuk diterapkan di nursing home sebagai aktivitas latihan rutin untuk menurunkan resiko jatuh lansia.

.....

Individuals who enter the final stage of development will experience a decline in function in their body systems. One of them is a change in the musculoskeletal system which is synonymous with a decrease in muscle, bone and joint strength which can affect balance. Elderly people who have balance disorders will experience a higher risk of falling. This scientific work aims to provide an overview of the application of nursing care to elderly people who have a risk of falling. The Berg Balance Test (BBT) and Timed up and Go test (TUG) assessment formats are used to measure the client's risk of falling. A form of nursing intervention that can be given to deal with the risk of falls is balance training using the square stepping exercise (SSE) method. Intervention is given once a day for 12 days with a duration of 30-40 minutes. The results obtained during applying this training method showed an increase in walking speed of 1 minute 15 seconds when the initial and final measurements were averaged using a timed up and go test, as well as an increase in balance seen from an increase in the Berg Balance Test score of 3 points. This exercise is recommended to be implemented in nursing homes as a routine exercise activity to reduce the risk of falls in the elderly.