

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN LANJUT USIA (LANSIA)
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN UTAMA GANGGUAN
MOBILITAS FISIK**

Karya Ilmiah Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga



NAFILAH AZMI YASWAR
NIM. 132229078

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2023

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa karya ilmiah akhir ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Surabaya, April 2023
Yang Menyatakan



Nafilah Azmi Yaswar
NIM. 132229078



KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN LANJUT USIA (LANSIA)
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN UTAMA GANGGUAN
MOBILITAS FISIK**

Oleh:
Nafilah Azmi Yaswar
NIM. 132229078

TELAH DISETUJUI
PADA TANGGAL 18 APRIL 2023

Oleh
Pembimbing



Rr. Dian Tristiana, S.Kep.Ns., M.Kep.
NIP: 198705022015042002

Mengetahui
a.n Dekan Fakultas Keperawatan
Universitas Airlangga
Wakil Dekan I



Dr. Ika Yuni Widyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep., MB.
NIP. 197806052008122001



KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN LANJUT USIA (LANSIA)
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN UTAMA GANGGUAN
MOBILITAS FISIK**

Oleh

Nafilah Azmi Yaswar

132229078

Telah Diuji

Pada Tanggal, 8 Mei 2023

Panitia Penguji

Ketua : Elida Ulfiana, S.Kep. Ns., M.Kep.
NIP. 197910132010122001

()

Anggota : Rr. Dian Tristiana, S.Kep.Ns., M.Kep
NIP. 198705022015042002

()

Mengetahui
a.n Dekan Fakultas Keperawatan
Universitas Airlangga
Wakil Dekan I




Dr. Ika Yuni Widyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Ns., Sp.Kep., MB.
NIP. 197806052008122001

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan bimbingan-Nya saya dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir dengan judul **“Asuhan Keperawatan Pada Klien Lanjut Usia (Lansia) Dengan Masalah Utama Gangguan Mobilitas Fisik”**. Penulisan karya ilmiah akhir ini merupakan salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan studi di Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Ucapan terima kasih sebesar-besarnya dan penghargaan setinggi-tingginya saya ucapkan kepada Ny. P dan petugas panti Griya Werdha Jambangan, Kota Surabaya, karena atas bantuan dan kesediaannya saya dapat menyusun Karya Ilmiah Akhir ini dengan baik. Ucapan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya juga saya sampaikan kepada Ibu Rr. Dian Tristiana, S.Kep.Ns., M.Kep selaku pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, serta dukungan yang luar biasa dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini. Bersama dengan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih juga kepada pihak-pihak yang telah berkenan membantu memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan kepada saya selama penulisan karya ilmiah akhir ners ini kepada :

1. Prof. Dr. Ah. Yusuf, S.Kp., M.Kes selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada saya mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Pendidikan Profesi Ners.
2. Ibu Dr. Ika Yuni Widyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB selaku Wakil Dekan I Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada saya untuk menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners.
3. Ibu Harmayetty, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada saya untuk menyelesaikan Program Studi Pendidikan Profesi Ners.
4. Ibu Elida Ulfiana, S.Kep. Ns., M.Kep. selaku penguji Karya Ilmiah Akhir Ners ini yang telah memberikan masukan dan saran yang membangun sehingga terusunnya Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan baik.

5. Kepada Abah dan Bunda yang selalu memberikan doa, kasih sayang, semangat, motivasi, dan dukungan yang sangat luar biasa baik secara moral maupun material selama saya menempuh pendidikan dan dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.
6. Bapak dan Ibu dosen pembimbing akademik Program Studi Pendidikan Profesi Ners di Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang membangun selama praktik profesi ners.
7. Seluruh staff akademik, perpustakaan, dan tata usaha Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga atas segala fasilitas dan bantuan yang diberikan dari awal penyusunan hingga terselesaikannya karya ilmiah akhir ners ini
8. Kepada kedua kakak kandung saya, kucing saya Putih, teman-teman, dan sahabat saya yang selalu memberikan doa, kasih sayang, semangat, motivasi, dan dukungan yang sangat luar biasa baik secara moral maupun material selama saya menempuh pendidikan dan dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, baik isi maupun penulisannya. Semoga karya ilmiah akhir ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan para pembaca pada umumnya. Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan, ilmu, dan juga bantuan yang lain dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.

Surabaya, 20 Mei 2023

Penulis,



Nafilah Azmi Yaswar

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN LANJUT USIA (LANSIA)
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN UTAMA GANGGUAN
MOBILITAS FISIK

Nafilah Azmi Yaswar

Pendahuluan: Lebih dari sama dengan 50% lansia yang ada di UPT Griya Werdha Jambangan Surabaya memiliki masalah gangguan mobilitas fisik. Tujuan dari studi kasus ini menjelaskan efektivitas intervensi *Fun Fitness* terhadap gangguan mobilitas fisik yang dialami lansia. **Metode:** Pemberian asuhan keperawatan ini menggunakan desain studi kasus tunggal dengan sampel lansia. Pengambilan data yang digunakan yaitu secara primer dan sekunder. Intervensi yang dilakukan yaitu latihan fisik model *fun fitness* selama 7 hari dan menggunakan analisis deskriptif. **Hasil dan Pembahasan:** Nilai kekuatan otot lansia berdasarkan *Medical Research Council Scale* (MRCS) dengan skor 3, setelah diberikan intervensi selama 7 hari mengalami peningkatan skor menjadi 4 pada hari ke 7 dengan interpretasi gerakan aktif melawan tahanan lebih dari 50% dari ROM normal sehingga diangkat diagnosa keperawatan berdasarkan **SDKI kategori Fisiologis subkategori Aktivitas Dan Istirahat (D.0054) Gangguan Mobilitas Fisik** dan luaran keperawatan yang ditetapkan berdasarkan **SLKI Mobilitas Fisik (L.05042)** dengan *output* pergerakan ekstremitas, kekuatan otot, rentang gerak (ROM), kaku sendi, dan kelemahan fisik. Intervensi yang diberikan berdasarkan **SIKI Dukungan Mobilisasi (I.05173)** dan difokuskan pada observasi identifikasi toleransi fisik melakukan pergerakan, terapeutik fasilitasi pergerakan, dan edukasi ajarkan mobilisasi sederhana yang harus dilakukan. **Kesimpulan:** Pergerakan dengan *fun fitness* memberi perubahan pada pergerakan ekstremitas, rentang gerak (ROM), kaku sendi, kelemahan fisik, dan kekuatan otot menjadi 4 pada hari ke 7. Dalam Pengukuran kekuatan otot dan rentang gerak yang dilakukan dengan menggunakan pedoman *Medical Research Council Scale* (MRCS) didapatkan perubahan skor dari 3 menjadi skor 4. Masalah keperawatan yang ditemukan berdasarkan SDKI pada **kategori Fisiologis subkategori Aktivitas Dan Istirahat (D.0054) Gangguan Mobilitas Fisik** dengan luaran keperawatan yang digunakan adalah **SLKI Mobilitas Fisik (L.05042)**. Intervensi yang telah direncanakan berdasarkan **SIKI Dukungan Mobilisasi (I.05173)** dan difokuskan pada memfasilitasi pergerakan dengan pemberian *fun fitness*

Kata Kunci: Lansia, Latihan Fisik, *Fun Fitness*, Kekuatan Otot.

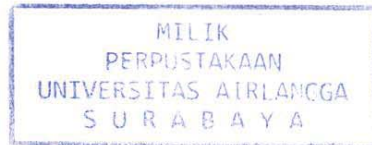
ABSTRACT

NURSING CARE FOR ELDERLY CLIENTS WITH MAIN NURSING PROBLEMS: PHYSICAL MOBILITY DISORDERS

Nafilah Azmi Yaswar

Introduction: More than 50% of the elderly in UPT Griya Werdha Jambangan Surabaya have impaired physical mobility. The purpose of this case study is to explain the effectiveness of Fun Fitness interventions for impaired physical mobility in the elderly. **Methods:** the provision of nursing care uses a single case study design with an elderly sample. Retrieval of data used is the primary and secondary. The intervention was physical exercise using a fun fitness model for 7 days and using descriptive analysis. **Results and Discussion:** The value of elderly muscle strength based on the Medical Research Council Scale (MRCS) with a score of 3, after being given intervention for 7 days experienced an increase in score to 4 on day 7 with the interpretation of active movements against resistance of more than 50% of normal ROM so that a nursing diagnosis was appointed based on **SDKI Physiological category Activity and Rest subcategory (D.0054) Physical Mobility Disorders** and nursing outcomes determined based on **Physical Mobility SLKI (L.05042)** with outputs of limb movement, muscle strength, range of motion (ROM), joint stiffness, and physical weakness. The interventions provided are based on **SIKI Mobilization Support (I.05173)** and are focused on observing identification of physical tolerance for movement, therapeutic facilitation of movement, and education teaching simple mobilization to be done. **Conclusion:** Movement with fun fitness changes the movement of extremities, range of motion (ROM), joint stiffness, physical weakness, and muscle strength to 4 on day 7. In measuring muscle strength and range of motion using the Medical Research Council Scale (MRCS) guidelines) a change in score was obtained from 3 to a score of 4. The nursing problems found based on the **SDKI** in the **Physiological category of the Activity and Rest subcategory (D.0054) Physical Mobility Disorders** with the nursing outcomes used were the **SLKI Physical Mobility (L.05042)**. Interventions that have been planned are based on **SIKI Mobilization Support (I.05173)** and are focused on facilitating movement by providing fun fitness

Keywords: Elderly, Physical Exercise, Fun Fitness, Muscle Strength.



DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
KARYA ILMIAH AKHIR.....	iv
KARYA ILMIAH AKHIR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Konsep Lansia	5
2.1.1 Definisi.....	5
2.1.2 Batasan Lansia	5
2.1.3 Proses Penuaan.....	5
2.1.4 WOC	7
2.1.5 Tahapan Proses Penuaan	8
2.1.6 Perubahan Fisik Pada Lansia	9
2.1.7 Sindrom Geriatri.....	12
2.1.8 Penatalaksanaan Sindrom Geriatri	13
2.2 Gangguan Mobilitas Fisik pada Lansia	15
2.2.1 Masalah Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik	16
2.3 Konsep latihan fisik pada lansia	17
2.4 <i>Fun Fitness</i>	18
2.4.1 Gerakan <i>Fun Fitness</i>	19
2.5 Tinjauan Ilmiah Artikel	22
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	29
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
3.3 Subjek Penelitian/Kasus	29
3.4 Metode Pengumpulan Data	29
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Hasil.....	30
4.1.1 Pengakajian	30

4.1.2	Analisis Data	31
4.1.3	Diagnosa Keperawatan.....	32
4.1.4	Intervensi Keperawatan.....	32
4.1.5	Implementasi dan Evaluasi Keperawatan	35
4.2	Pembahasan	48
4.2.1	Pengkajian	48
4.2.2	Diagnosa Keperawatan.....	49
4.2.3	Intervensi Keperawatan.....	50
4.2.4	Implementasi Keperawatan.....	51
4.2.5	Evaluasi Keperawatan	52
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN		54
5.1	Kesimpulan.....	54
2.2	Saran	54
DAFTAR PUSTAKA		56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 WOC proses penuaan.....	7
Gambar 2.2 Gerakan Pemanasan <i>Fun Fitness</i>	20
Gambar 2.3 Tahapan gerakan inti <i>Fun Fitness</i>	21
Gambar 2.4 Gerakan Pendinginan <i>Fun Fitness</i>	22

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Gejala dan tanda mayor-minor gangguan mobilitas fisik	17
Tabel 2.2 Tinjauan Ilmiah Artikel.....	23
Tabel 4.1 Analisis Data pada Klien Lansia	31
Tabel 4.2 Intervensi Keperawatan pada Klien Lansia	32
Tabel 4.3 Implementasi dan evaluasi Keperawatan pada Klien Lansia.....	35
Tabel 4.4 <i>Medical Research Council Scale</i> (MRCS).....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Format Pengkajian Gerontik.....	58
Lampiran 2 SOP <i>Fun Fitnesss</i>	81

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

BB	: Berat Badan
CRT	: <i>Capillary refill time</i>
HIV	: <i>Human Immunodeficiency Virus</i>
LANSIA	: Lanjut Usia
WHO	: <i>World Health Organization</i>
MRCS	: <i>Medical Research Council Scale</i>
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
ROM	: <i>Range Of Motion</i>
RR	: <i>Respiratory Rate</i>
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
TB	: Tinggi Badan
TD	: Tekanan Darah
UPT	: Unit Pelaksana Teknis