

**Lampiran 1**

Tabel 4.1 Pengkajian Masalah Kesehatan Kronis

Nama Klien : Ny. S

Jenis Kelamin : L / P

Usia : 80 tahun

Register : -

| No                                 | Keluhan dalam 3 bulan terakhir     | Selalu | Sering | Jarang | Tidak Pernah |
|------------------------------------|------------------------------------|--------|--------|--------|--------------|
|                                    |                                    | 3      | 2      | 1      | 0            |
| <b>A. Fungsi Penglihatan</b>       |                                    |        |        |        |              |
| 1                                  | Penglihatan Kabur                  |        |        | √      |              |
| 2                                  | Mata Berair                        | √      |        |        |              |
| 3                                  | Nyeri pada mata                    |        |        |        | √            |
| <b>B. Fungsi Pendengaran</b>       |                                    |        |        |        |              |
| 4                                  | Pendengaran berkurang              |        |        |        | √            |
| 5                                  | Telinga berdenging                 |        |        |        | √            |
| <b>C. Fungsi Paru (pernafasan)</b> |                                    |        |        |        |              |
| 6                                  | Batuk lama disertai keringat malam |        |        | √      |              |
| 7                                  | Sesak nafas                        |        |        |        | √            |
| 8                                  | Berdahak/sputum                    |        |        | √      |              |
| <b>D. Fungsi Jantung</b>           |                                    |        |        |        |              |
| 9                                  | Jantung berdebar-debar             |        |        |        | √            |
| 10                                 | Cepat lelah                        |        |        | √      |              |
| 11                                 | Nyeri dada                         |        |        |        | √            |
| <b>E. Fungsi Pencernaan</b>        |                                    |        |        |        |              |
| 12                                 | Mual/muntah                        |        |        | √      |              |
| 13                                 | Nyeri ulu hati                     |        |        |        | √            |
| 14                                 | Makan dan minum berlebihan         |        |        |        | √            |
| 15                                 | Perubahan BAB (mencret/sembelit)   |        |        | √      |              |
| <b>F. Fungsi Pergerakan</b>        |                                    |        |        |        |              |

|                                     |                                     |    |   |    |      |
|-------------------------------------|-------------------------------------|----|---|----|------|
| 16                                  | Nyeri kaki saat berjalan            | √  |   |    |      |
| 17                                  | Nyeri pinggang atau tulang belakang | √  |   |    |      |
| 18                                  | Nyeri persendian /bengkak           |    |   | √  |      |
| <b>G. Fungsi Persyarafan</b>        |                                     |    |   |    |      |
| 19                                  | Lumpuh/kelemahan pada kaki/tangan   | √  |   |    |      |
| 20                                  | Kehilangan rasa                     |    |   |    | √    |
| 21                                  | Gemetar/tremor                      |    |   |    | √    |
| 22                                  | Nyeri/pegal pada daerah tengkuk     |    |   | √  |      |
| <b>H. Fungsi Saluran Perkemihan</b> |                                     |    |   |    |      |
| 23                                  | BAK berlebihan                      |    |   | √  |      |
| 24                                  | Sering BAK malam hari               |    | √ |    |      |
| 25                                  | Tidak mampu mengontrol BAK          |    |   | √  |      |
|                                     | Jumlah                              | 12 | 2 | 10 | = 24 |

**Keterangan :**

1. Skor =  $\leq 25$  : Tidak ada masalah kronis/ringan
2. Skor = 26 – 50 : Masalah Kesehatan kronis sedang
3. Skor =  $\geq 51$  : masalah Kesehatan Kronis Berat

Magetan, 24 Desember 2020.  
Pemeriksa,



(Aiszilla Tafana Ramadhani)

**Lampiran 2**

Tabel 4.2 Indek Barthel

Nama Klien : Ny. S

Jenis Kelamin : L / P

Usia : 80 tahun

Register : -

| No     | Kriteria   | Skor    |         | Nilai |
|--------|--|---------|---------|-------|
|        |  | Bantuan | Mandiri |       |
| 1      | Makan  | 5       | 10      | 10    |
| 2      | Minum  | 5       | 10      | 10    |
| 3      | Berpindah dari kursi roda ke tempat tidur dan sebaliknya | 5-10    | 15      | 5     |
| 4      | Personal Toilet (cuci muka, menyisir rambut, gosok gigi) | 0       | 5       | 5     |
| 5      | Keluar masuk toilet                                      | 5       | 10      | 10    |
| 6      | Mandi (menyiram, menyeka tubuh)                          | 5       | 15      | 15    |
| 7      | Jalan di permukaan datar                                 | 0       | 15      | 15    |
| 8      | Naik Turun Tangga  | 5       | 10      | 5     |
| 9      | Mengenakan pakaian                                       | 5       | 10      | 10    |
| 10     | Kontrol Bowel (BAB)                                      | 5       | 10      | 10    |
| 11     | Kontrol Bladder (BAK)                                    | 5       | 10      | 10    |
| 12     | Olahraga/Latihan   | 5       | 10      | 5     |
| 13     | Pemanfaatan waktu luang / Rekreasi                       | 5       | 10      | 10    |
| Jumlah |  |         |         | 120   |

**Penilaian :**

1. Mandiri = 126 – 130
2. Ketergantungan sebagian = 65 – 125
3. Ketergantungan total = < 60

Magetan, 24 Desember 2020.  
Pemeriksa,



(Aiszilla Tafana Ramadhani)

**Lampiran 3**

Tabel 4.3 Pengkajian Keseimbangan Untuk Lansia

(Tinneti ME &amp; Ginter SF;1998)

Nama Klien : Ny. S

Jenis Kelamin : L / P

Usia : 80 tahun

Register : -

| I. Perubahan Posisi atau Gerakan Keseimbangan |  |           |              |
|---|--|-----------|--------------|
| Bangun dari kursi                             | Tidak bangun dari duduk dengan satu kali gerakan, tetapi mendorong tubuhnya keatas dengan tangan atau bergerak kebagian depan kursi terlebih dahulu            | <u>ya</u> | tidak        |
| Duduk ke kursi                                | Menjatuhkan diri kekursi, tidak duduk ditengah kursi, berpegangan  | <u>ya</u> | tidak        |
| Menahan dorongan pada sternum sebanyak 3 kali | Menggerakkan kaki, memegang obyek untuk dukungan, kaki tidak menyentuh sisi-sisinya  | <u>ya</u> | tidak        |
| Mata tertutup                                 | Menggerakkan kaki, memegang obyek untuk dukungan, kaki tidak menyentuh sisi-sisinya  | ya        | <u>tidak</u> |
| Perputaran leher                              | Menggerakkan kaki, memegang obyek untuk dukungan, kaki tidak menyentuh sisi-sisinya, keluhan : vertigo, pusing atau keadaan tidak stabil                       | ya        | <u>tidak</u> |
| Gerakan menggapai sesuatu                     | Tidak mampu untuk menggapai sesuatu dengan bahu fleksi sepenuhnya sementara, berdiri pada ujung-ujung jari kaki, tidak stabil, memegang sesuatu untuk dukungan | <u>ya</u> | tidak        |
| Membungkuk                                    | Tidak mampu untuk membungkuk untuk mengambil obyek dari lantai, bias berdiri dengan memegang obyek sekitar, memerlukan usaha-usaha multiple untuk bangun       | <u>ya</u> | tidak        |

| II. Komponen Gaya Berjalan atau Gerakan |   |           |       |
|---|---|-----------|-------|
| Gaya berjalan                           | Ragu-ragu, tersandung, memegang obyek untuk dukungan  | <u>ya</u> | tidak |
| Ketinggian langkah kaki                 | Kaki tidak naik dari lantai secara konsisten (menggeser atau menyeret kaki), mengangkat kaki terlalu tinggi   | <u>ya</u> | tidak |
| Kontinuitas langkah kaki                | Tidak konsisten dalam mengangkat kaki, mengangkat satu kaki sementara kaki lain menyentuh lantai  | <u>ya</u> | tidak |
| Kesimetrisan langkah                    | Panjang langkah yang tidak sama (sisi yang patologis biasanya memiliki langkah yang lebih panjang, masalah terjadi pada pinggul, lutut, gerakan kaki atau otot-otot sekitarnya) | <u>ya</u> | tidak |
| Penyimpangan jalur                      | Tidak berjalan dalam garis lurus, bergelombang dari sisi kesisi   | <u>ya</u> | tidak |
| Berbalik                                | Berhenti sebelum mulai berbalik, jalan sempoyongan, bergoyang, memegang obyek untuk dukungan  | <u>ya</u> | Tidak |
| <b>Total Skor = 11</b>                  |   |           |       |

Jawaban YA = nilai 1

Jawaban TIDAK = nilai 0

**Interpretasi Hasil:**

Skor 0-5 = Risiko jatuh rendah

Skor 6-10 = Risiko jatuh sedang

Skor 11-15 = Risiko jatuh tinggi

Magetan, 25 Desember 2020.

Pemeriksa



(Aiszilla Tafana Ramadhani)

**Lampiran 4**

Tabel 4.4 Mini-Mental State Exam (MMSE)

## Penilaian Aspek Kognitif dari Fungsi Mental Lansia

Nama Klien : Ny. S

Jenis Kelamin : L / P

Usia : 80 tahun

Register : -

| Aspek                   | Pertanyaan   | Skor | Nilai |
|-------------------------|--|------|-------|
| Orientasi               | Sebutkan waktu sekarang :<br>1. Tahun<br>2. Musim<br>3. Tanggal<br>4. Hari<br>5. Bulan   | 5    | 1     |
|                         | Sebutkan dimana sekarang berada :<br>1. Negara<br>2. Propinsi<br>3. Kota<br>4. Rumah/Panti/Posyandu<br>5. Ruang                                    | 5    | 4     |
| Registrasi              | Sebutkan nama 3 obyek dengan waktu 1 detik tiap obyek. (lansia diminta untuk menyebutkan kembali 3 obyek tersebut)                                 | 3    | 3     |
| Perhatian dan Kalkulasi | 1. Hitung mundur angka 100 dikurangi 7 dan seterusnya tetap dikurangi 7 sampai dengan 5 kali jawaban<br>2. Mengeja kata atau kalimat dari belakang | 5    | 0     |
| Mengingat               | Sebutkan nama 3 obyek yang telah disebutkan sebelumnya pada aspek registrasi   | 3    | 3     |
| Bahasa                  | Tunjuk 2 benda dan lansia diminta untuk menyebutkan namanya  | 2    | 2     |
|                         | Sebutkan kata :  | 4    | 3     |

|                 |   |   |   |
|-----------------|---|---|---|
|                 | “Tak ada jika, dan atau tetapi”   |   |   |
|                 | Ikuti perintah :<br>Ambil kertas, lipat menjadi dua dan letakkan di<br>meja | 3 | 3 |
| Total Skor = 19 |   |   |   |

Keterangan :

Nilai maksimal 30, nilai  $\leq 21$  biasanya ada indikasi kerusakan kognitif yang memerlukan pemeriksaan lanjut

Magetan, 26 Desember 2020.  
Pemeriksa,



(Aiszilla Tafana Ramadhani)



**Lampiran 5**

Tabel 4.5 Inventaris Depresi Geriatrik/ Pengkajian Tingkat Depresi Lansia

(Yesavage ; 1983)

Nama Klien : Ny. S

Jenis Kelamin : L / P

Usia : 80 tahun

Register : -

| No | Pertanyaan  | Jawaban | Skor |
|----|---|---------|------|
| 1  | Merasa puas dengan kehidupan yang dijalani ?                                      | Ya      | 0    |
| 2  | Banyak meninggalkan kesenangan/minat dan aktifitas anda ?                         | Tidak   | 1    |
| 3  | Merasa bahwa kehidupan anda hampa ?   | Tidak   | 0    |
| 4  | Sering merasa bosan ?   | Tidak   | 1    |
| 5  | Penuh pengharapan besar akan masa depan ?   | Ya      | 1    |
| 6  | Mempunyai semangat yang baik setiap waktu ?                                       | Ya      | 0    |
| 7  | Diganggu oleh pikiran-pikiran yang tidak dapat diungkapkan ?                      | Tidak   | 0    |
| 8  | Merasa bahagia disebagian besar waktu ?   | Ya      | 0    |
| 9  | Merasa takut sesuatu akan terjadi pada anda ?                                     | Tidak   | 0    |
| 10 | Seringkali merasa tidak berdaya ?   | Tidak   | 0    |
| 11 | Sering merasa gelisah dan gugup ?   | Tidak   | 0    |
| 12 | Memilih tinggal dirumah daripada pergi melakukan sesuatu yang bermanfaat ?        | Tidak   | 0    |
| 13 | Seringkali merasa khawatir akan masa depan ?                                      | Tidak   | 0    |
| 14 | Merasa mempunyai lebih banyak masalah dengan daya ingat dibandingkan orang lain ? | Tidak   | 0    |
| 15 | Berfikir bahwa hidup ini sekarang sangat menyenangkan?                            | Ya      | 0    |
| 16 | Seringkali merasa merana ?  | Tidak   | 0    |
| 17 | Merasa kurang bahagia ?   | Tidak   | 0    |
| 18 | Sangat khawatir terhadap masa lalu ?  | Tidak   | 0    |
| 19 | Merasakan bahwa hidup ini sangat menggairahkan?                                   | Ya      | 0    |



|                |  |    |       |   |
|----------------|--|----|-------|---|
| 20             | Merasa berat untuk memulai sesuatu hal yang baru ?         |    | Tidak | 0 |
| 21             | Merasa dalam keadaan penuh semangat ?                      | Ya |       | 1 |
| 22             | Berfikir bahwa keadaan anda tidak ada harapan ?            |    | Tidak | 0 |
| 23             | Berfikir bahwa banyak orang yang lebih baik daripada anda? |    | Tidak | 1 |
| 24             | Seringkali menjadi kesal dengan hal yang sepele ?          |    | Tidak | 1 |
| 25             | Seringkali merasa ingin menangis ?                         |    | Tidak | 1 |
| 26             | Merasa sulit untuk berkonsentrasi ?                        |    | Tidak | 0 |
| 27             | Menikmati tidur ?  | Ya |       | 1 |
| 28             | Memilih menghindari dari perkumpulan social ?              |    | Tidak | 0 |
| 29             | Mudah mengambil keputusan ?                                | Ya |       | 0 |
| 30             | Mempunyai pikiran yang jernih ?                            | Ya |       | 0 |
| Total Skor : 8 |  |    |       |   |

**Keterangan**

= nilai 1

= nilai 0

**Nilai :**

0 – 5 = normal

6 – 15 = depresi ringan sampai dengan sedang

16 – 30 = depresi berat

Magetan, 26 Desember 2020.

Pemeriksa



(Aiszilla Tafana Ramadhani)

**Lampiran 6**

Tabel 4.6 APGAR Lansia/ Penilaian Fungsi Sosial Lansia

Nama Klien : Ny. S

Jenis Kelamin : L / P

Usia : 80 tahun

Register : -

| No     | Fungsi      | Uraian   | Skor |
|--------|-------------|--|------|
| 1      | Adaption    | Saya puas bahwa saya dapat kembali pada keluarga/teman saat saya kesusahan   | 0    |
| 2      | Partnership | Saya puas dengan cara keluarga/teman membicarakan sesuatu dan mengungkapkan masalahnya kepada saya                             | 2    |
| 3      | Growth      | Saya puas bahwa keluarga/teman saya menerima dan mendukung keinginan saya untuk melakukan aktifitas yang baru                  | 1    |
| 4      | Affection   | Saya puas dengan cara keluarga/teman saya mengekspresikan dan berespon terhadap emosi saya seperti marah, sedih atau mencintai | 1    |
| 5      | Resolve     | Saya puas dengan keluarga/teman yang mau menyediakan waktu untuk bersama-sama  | 1    |
| Jumlah |             |  | 5    |

Keterangan :

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 1. Selalu        | = 2 |
| 2. Kadang-kadang | = 1 |
| 3. Tidak Pernah  | = 0 |

Kategori:

- |  |
|--|
| 1. Skor 0-3 = Disfungsi keluarga sangat tinggi |
| 2. Skor 4-6 = Disfungsi keluarga sedang        |

Magetan, 27 Desember 2020.  
Pemeriksa,



(Aiszilla Tafana Ramadhani)

**Lampiran 7****SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)**

Pencegahan Risiko Cedera pada Lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha

Magetan

- Judul : Geriatri.
- Pokok Bahasan : Pencegahan Cedera Pada Lansia.
- Hari/Tanggal : 29 Desember 2020.
- Tempat : Panti Sosial Tresna Werdha Magetan Di Wisma Rama  
Yang Beralamat Di Jalan Raya Panekan No. 01,  
Kabupaten Magetan, Jawa Timur.
- Waktu : 13.00 – 13.15 WIB.
- Penyuluh : Aiszilla Tafana Ramadhani.
- Sasaran : Lansia yang berisiko terjadi cedera.

**1. Tujuan Instruksional Umum**

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan selama 15-20 menit, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman pada lansia yang mengalami masalah risiko cedera.

**2. Tujuan Instruksional Khusus**

Setelah diberikan penyuluhan diharapkan lansia dapat:

- a. Memahami dan mampu menyebutkan pengertian lansia.
- b. Memahami dan mampu menyebutkan pengertian cedera.
- c. Memahami dan mampu menyebutkan komplikasi dari cedera.
- d. Memahami dan mampu menyebutkan pencegahan risiko cedera.

- e. Memahami dan mampu menyebutkan cara menangani apabila terjadi cedera.

### 3. Materi

Berisi garis besar materi yang diberikan dalam pencegahan terjadinya cedera pada lansia.

### 4. Metode

Ceramah, diskusi, dan tanya jawab

### 5. Media

*Leaflet*

### 6. Strategi Pelaksanaan

Berisi urutan langkah yang dilakukan dalam kegiatan penyuluhan:

| No | Kegiatan penyuluhan  | Waktu    | Kegiatan peserta   | Media          |
|----|--|----------|--|----------------|
| 1  | Pembukaan<br>1. Salam<br>2. Perkenalan<br>3. Menjelaskan tujuan dari pertemuan<br>4. Kontrak waktu   | 5 menit  | Menjawab salam<br>Mendengarkan<br>Mendengarkan<br>Mendengarkan           | -              |
| 2  | Pelaksanaan<br>1. Membagikan leaflet<br>2. Menyampaikan materi<br>a. Pengertian cedera<br>b. Pencegahan cedera<br>c. Latihan terapi fisik<br>3. Memberikan kesempatan kepada pasien dan keluarga untuk bertanya hal-hal yang | 10 menit | Menerima leaflet<br>Memperhatikan<br>Menanyakan hal-hal yang belum jelas | <i>Leaflet</i> |

|   |   |         |                     |
|---|---|---------|---------------------|
|   | belum jelas.  |         |                     |
| 3 | Penutupan   | 5 menit | -                   |
|   | 1. Memberikan pertanyaan lisan kepada pasien dan keluarga |         | Menjawab pertanyaan |
|   | 2. Menyimpulkan kegiatan yang telah disampaikan.          |         | Memperhatikan       |
|   | 3. Memberikan salam penutup                               |         | Menjawab salam      |

## 7. Evaluasi

### a. Evaluasi Struktur

#### 1) Persiapan Media

Media yang digunakan dalam penyuluhan semua lengkap, disiapkan minimal 15 menit sebelum penyuluhan dan dapat digunakan dalam penyuluhan, yaitu : leaflet.

#### 2) Persiapan Materi

Materi disiapkan dalam bentuk karya tulis ilmiah dan disampaikan melalui leaflet . Materi dan media sudah disiapkan minimal dua hari sebelum penyuluhan.

#### 3) Persiapan Peserta

Penyuluh sudah mengontrak waktu dengan sasaran yang akan diberikan penyuluhan sehari sebelum penyuluhan dilakukan.

#### 4) Persiapan Tempat

Tempat yang akan dipakai untuk melaksanakan penyuluhan sudah siap dengan baik minimal 15 menit sebelum penyuluhan dimulai.

### 5) Persiapan Pertanyaan

Pertanyaan sudah di siapkan oleh pemateri 15 menit sebelum kegiatan penyuluhan dimulai.

### b. Evaluasi Proses

Lansia dapat menyimak penyuluhan sampai selesai.

### c. Evaluasi Hasil

#### 1) Jangka Pendek

- a) Klien kooperatif selama diskusi berlangsung
- b) Klien kooperatif bertanya dan menjawab pertanyaan petugas
- c) Lansia mampu menyebutkan dengan benar pencegahan risiko cedera dan latihan terapi fisik yang dapat dilakukan untuk pencegahan cedera.

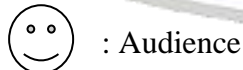
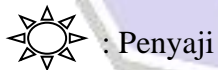
#### 2) Jangka Panjang

Meningkatnya pengetahuan lansia tentang pencegahan cedera dan tidak ada kasus kejadian cedera.

## 8. Setting Tempat



Keterangan :



## 9. Lampiran Materi

### a. Pengertian Cedera

Cedera adalah kelainan yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya nyeri, panas, merah, bengkak, dan tidak

dapat berfungsi dengan baik akibat aktivitas gerak yang berlebihan diakibat atau gaya-gaya yang bekerja pada tubuh dimana melampaui kemampuan tubuh untuk mengatasinya (Simatupang, N, 2016).

## **b. Pencegahan Risiko Cedera pada Lansia**

### 1) Pencegahan Risiko Cedera pada Lansia dari Segi Fisik

Beberapa upaya untuk mencegah cedera pada lansia dari segi fisik meliputi :

- a) Menganjurkan lansia untuk menghindari gerakan tiba-tiba seperti bangun mendadak setelah berdiri atau duduk.
- b) Mencegah lansia tidak sering membungkuk atau mengangkat beban yang berat.
- c) Memberikan nutrisi yang tepat untuk lansia seperti tinggi kalsium, serat, zat besi dan sebagainya.
- d) Memberikan alat bantu dengar pada lansia yang mengalami gangguan pendengaran.
- e) Menyediakan tongkat untuk lansia yang mengalami gangguan berjalan maupun kelainan bentuk tulang.

### 2) Upaya Pencegahan Risiko Cedera pada Lansia dari Segi Lingkungan:

- a) Menempatkan peralatan lansia yang mudah untuk dijangkau.
- b) Memberikan sandal atau sepatu yang beralaskan karet pada lansia agar tidak terpeleset.
- c) Mengkondisikan lantai bersih, jauh dari benda-benda yang beserakan serta aman.

- d) Memberikan kloset duduk dikamar mandi.
- e) Memasang pegangan tangan di dinding kamar mandi dan memasang pegangan tangan ditangga.

### c. Latihan dan Terapi Fisik

#### 1) Latihan Aerobik

Latihan fisik dilakukan sekurangnya 30 menit dengan intensitas sedang, 5 hari dalam seminggu atau 20 menit dengan intensitas tinggi, 3 hari dalam seminggu, atau kombinasi 20 menit intensitas tinggi 2 hari dalam seminggu dan 30 menit dengan intensitas sedang 2 hari dalam seminggu.

#### 2) Latihan Penguatan Otot

Latihan penguatan otot dilakukan setidaknya 2 hari dalam seminggu dengan istirahat diantara sesi untuk masing-masing kelompok otot. Intensitas untuk membentuk kekuatan otot menggunakan tahanan atau beban dengan 10-12 repetisi untuk masing-masing latihan. Jumlah repetisi harus ditingkatkan sebelum beban ditambah. Waktu yang dibutuhkan adalah satu set latihan dengan 10-15 repetisi.

#### 3) Latihan Fleksibilitas dan Keseimbangan

Latihan fleksibilitas disarankan dilakukan pada hari- hari dilakukannya latihan aerobik dan penguatan otot atau 2-3 hari per minggu. Intensitas latihan dilakukan dengan memperhatikan rasa tidak nyaman atau nyeri. Peregangan dilakukan 3-4 kali, untuk masing-masing tarikan dipertahankan 10-30 detik.



## Lampiran 8

### Pamflet Pencegahan Cedera



### Cedera

Cedera adalah kelainan yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya nyeri, panas, merah, bengkak, dan tidak dapat berfungsi dengan baik pada otot, persendian maupun tulang akibat aktivitas gerak yang berlebihan

### Pencegahan Cedera

1. Sandal atau sepatu yang beralaskan karet agar tidak terpeleset.
 
2. Pencahayaan yang memadai
 

3. Gunakan alat bantu berjalan (mis. Tongkat/alat bantu berjalan)
 
4. Gunakan pengaman tempat tidur
 
5. Posisikan tempat tidur di posisi terendah
 

### Terapi Fisik

1. Latihan Keseimbangan
2. Latihan koordinasi
3. Latihan kekuatan otot
4. Pendinginan (stretching)

6. Tempatkan pispot/urinal di samping tempat tidur
 
7. Letakkan barang pribadi yang mudah dijangkau
8. Berganti posisi secara bertahap
 

## GERIATRI PENCEGAHAN CEDERA PADA LANSIA



**OLEH :**  
**AISZILLA TAFANA R.**  
D-III Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Ponorogo  
2020




*Lampiran 9***PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)**

1. Kami adalah Peneliti berasal dari institusi/ jurusan/ program studi D-III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul Asuhan Keperawatan pada Lansia Gangguan Muskuloskeletal Dengan Masalah Keperawatan Risiko Cedera Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah untuk mengkaji masalah kesehatan pada lansia dengan risiko cedera, yang dapat memberi manfaat sebagai pedoman untuk mengenal masalah kesehatan. Penelitian ini akan berlangsung selama kurang lebih 3 hari.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung kurang lebih 15-20 menit. Cara ini menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan keperawatan/ pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan/ tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti pada nomer HP: 0823-1039-9493.

Peneliti



**Aiszilla Tafana Ramadhani**  
**NIM. 18613168**


*Lampiran 10*

**INFORMED CONSENT**  
**(Persetujuan Menjadi Partisipan)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Aiszilla Tafana Ramadhani, dengan judul **Asuhan Keperawatan pada Lansia Gangguan Muskuloskeletal Dengan Masalah Keperawatan Risiko Cedera Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.**

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Saksi

  
Sri Ernie Widyanti

Magetan, 23 Desember 2020.  
 Yang memberikan  
 persetujuan

  
Sainem

Magetan, 23 Desember 2020.  
 Peneliti



**Aiszilla Tafana Ramadhani**

*Lampiran 11*  
**Surat Permohonan Data Awal**



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Budi Utomo No. 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia  
 Telepon (0352) 481124, Faksimile (0352) 461796, email: [akademik@umpo.ac.id](mailto:akademik@umpo.ac.id) website :  
[www.umpo.ac.id](http://www.umpo.ac.id)

Akreditasi Institusi oleh BAN-PT = B  
 (SK Nomor 169/SK/Akred/PT/IV/2015)

Nomor: ~~780~~ /IV.6/PN/2020  
 Hal : Permohonan Data Awal

29 September 2020

Kepada  
 Yth. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik  
 Kabupaten Magetan  
 Di  
 Magetan

*Assalamu'alaikum w. w.*

Disampaikan dengan hormat bahwa sebagai rangkaian pelaksanaan Ujian Akhir Program (UAP) Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Tahun Akademik 2020/2021, maka mahasiswa / mahasiswi diwajibkan untuk menyusun Data Awal lingkup Keperawatan, maka bersama ini mengharap bantuan dan kerjasama Bapak / Ibu dapatnya memberikan kemudahan dalam melaksanakan izin data awal Karya Tulis Ilmiah (KTI), dengan pokok permasalahan: **Kasus resiko cedera pada lanjut usia di Upt. Panti Sosial Tresna Werdha Magetan**. Adapun nama mahasiswa / mahasiswi sebagai berikut :

Nama : Aiszilla Tafana Ramadhani  
 NIM : 18613168  
 Prodi : D-III Keperawatan

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di sampaikan terima kasih.

*Wassalamu 'alaikum w. w.*



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes.  
 NIK. 19791215 200302 12

**Lampiran 12****Surat Keterangan Izin Penelitian Bankesbang Magetan**

**PEMERINTAH KABUPATEN MAGETAN  
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

Jalan Tripandita Nomor 17 Magetan Kode Pos 63314  
Telepon ( 0351 ) 8198137 Fax. ( 0351 ) 8198137  
E-mail: bakesbangpol.go.id

**REKOMENDASI PENELITIAN/SURVEY/KEGIATAN**

Nomor : 072 / 05 / 403.205 / 2021

- Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011 tentang Pedoman Penertiban Rekomendasi Penelitian, sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 7 tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011.
2. Peraturan Bupati Magetan Nomor 32 Tahun 2017 tentang Perubahan Atas Peraturan Bupati Magetan Nomor 80 Tahun 2016 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, serta Tata Kerja Badan Perencanaan Pembangunan Penelitian dan Pengembangan Daerah Kabupaten Magetan.
- Menimbang : Surat dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Memperhatikan : Surat Pengantar dari Kepala UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan, tgl. 30 Desember 2020 nomor : 094/1552/107.6.15/2020 perihal Pelaksanaan Penelitian, diijinkan..

Dengan ini menyatakan **TIDAK KEBERATAN / DIJINKAN** dilaksanakan Penelitian yang diajukan oleh :

- Nama : AISZILLA TAFANA RAMADHANI  
 NIM : 18613268  
 Fakultas : Ilmu Kesehatan  
 Program Studi : D – III Keperawatan  
 Tahun Akademik : 2020 / 2021  
 Judul : " Asuhan Keperawatan Pada Lanjut Usia Gangguan Mosculoskeletal Dengan Masalah Keperawatan Resiko Cedera "
- Nama Penanggung Jawab : Sulisty Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes  
 Jabatan : Dekan  
 Lokasi : UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan  
 Waktu pelaksanaan : Bulan Januari s/d Maret 2021

Dengan ketentuan – ketentuan sebagai berikut :

1. Dalam jangka waktu 1 x 24 jam setelah tiba ditempat yang dituju diwajibkan melaporkan kedatangannya kepada Camat dan Kepolisian setempat.
2. Mentaati ketentuan – ketentuan yang berlaku di Daerah Hukum Pemerintah setempat.
3. Menjaga tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan pernyataan, baik dengan lisan maupun tulisan / lukisan yang dapat melukai / menyinggung perasaan atau menghina agama, bangsa, negara dari suatu golongan penduduk.
4. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan lain diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
5. Kegiatan harus tetap mematuhi pencegahan pengembangan covid-19 / protokol kesehatan.
6. Setelah berakhirnya survey / research dan lain – lain, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah setempat mengenai selesainya pelaksanaan survey / research dan lain – lain .

P

7. Selesai pelaksanaan kegiatan survey / research / penelitian dan lain – lain **diwajibkan** memberikan laporan hasil pelaksanaan kegiatan dan atau menyerahkan 1 ( satu ) eksemplar hasil penelitian **kepada Bakesbangpol Kabupaten Magetan.**
8. Surat keterangan ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak memenuhi Ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Magetan, 11 Januari 2021

PIL. KEPALA BAKESBANGPOL  
KABUPATEN MAGETAN



**Drs. ISWAHYUDI YULIANTO, M.Si**

Pembina Utama Muda  
NIP. 196307231990031010

**Tembusan Yth :**

1. Sdr. Kepala UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan

**Lampiran 13****Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian**

**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR  
DINAS SOSIAL  
UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA  
MAGETAN**

Jalan Raya Panekan No.01 Telp./Fax. (0351) 895428

Email: [uftpstwmagetan@gmail.com](mailto:uftpstwmagetan@gmail.com)

**MAGETAN 63313**

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 460/56/107.6.15/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini;

Nama : AGUS TRIMUALIM, AKs  
NIP : 19640613 198910 1 001  
Pangkat : Penata Tk. I  
Jabatan : Kepala Sub Bagian Tata Usaha UPT PSTW Magetan  
Alamat : Jl. Raya Panekan No. 1 Magetan

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : AISZILLA TAFANA RAMADHANI  
NIM : 18613168  
Program Studi : D III Keperawatan  
Alamat : Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Telah melaksanakan penelitian pengambilan kasus dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Lansia Gangguan Muskuloskeletal Dengan Masalah Keperawatan Risiko Cidera di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan " mulai bulan Januari – Maret 2021.

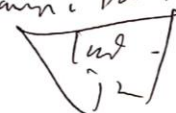
Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dipergunakan seperlunya.

Magetan, 31 Maret 2021

Kepala Sub Bagian Tata Usaha  
UPT PSTW Magetan

**AGUS TRIMUALIM, AKs**  
NIP. 19640613 198910 1 001





**Lampiran 14**  
**Buku Kegiatan Bimbingan**  
**1. Pembimbing 1**





| NO. | HARI/TANGGAL | REKOMENDASI  | TANDA TANGAN |
|-----|--------------|--|--------------|
| 1   |              | Jadwalkan jadwal   | D.           |
| 2   |              | Judul skripsi  | D.           |
| 3   | 21/7/2020    | Bab I<br>Intro :<br>Lanjut → ajiy<br>— rsh - cid.<br><br>Juchyhi<br>Data Lanjut dan :<br><br>Data Lanjut dan :<br><br>Lanjut :<br>Lanjut — p —<br><br>Lanjut :<br>Lanjut — k — | D.           |



L . . . siki

jd. —————>









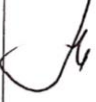


| NO. | HARI/TANGGAL | REKOMENDASI  | TANDA TANGAN  |
|-----|--------------|--|---|
| 4   | 13/8/2020    | Galeri seni Islam<br>Ker.<br>Bny x btb 2   |    |
| 5   | 25/8/2020    | Bab I Ace.<br>Bb 2<br>Pathway<br>Kony trip<br>sari. SRI, SR.                                       |    |
| 6   | 18/9/2020    | Bb 2<br>Cari fund talent klt.<br>pepa ritha kider.<br>Hub antara Kmp<br>beris suda-<br>Sura btb 3. |  |
| 7   | 25/9/2020    | Kb 2 Ar.<br>Kb 3 Wakt<br>Kome Ksl  |  |

| NO. | HARI/TANGGAL | REKOMENDASI   | TANDA TANGAN  |
|-----|--------------|---|---|
| 8   | 28/9/2021    | Mr bi lgi.  |    |
| 9   | 10/3/2021    | Bab IV a & V<br>Revisi<br>Pembahasan -<br>F - T - O   |    |
| 10  | 1/4/2021     | Bab IV, Ringkasan<br>Bab V<br>Pembahasan per alinea<br>- Kell dan<br>- RTS<br>- ADL<br>- dkt. |  |
| 11  | 2/4/2021     | Bab V Edit pelis.<br>⊕ Evaluasi tambah<br>Terni yg bisa<br>dijumlahkan dan tambah.            |  |

| NO. | HARI/TANGGAL       | REKOMENDASI             | TANDA TANGAN  |
|-----|--------------------|-------------------------|---|
| 12  | Selasa - 20/4/2021 | Pnyk bca<br>Kumul Kead. |  |
| 13  | Selasa. 27/4/2021  | Ane hip uji.            |  |

## 2. Pembimbing 2

| NO. | HARI/TANGGAL             | REKOMENDASI  | TANDA TANGAN  |
|-----|--------------------------|--|---|
| 1.  | Selasa, 7 Juli 2020.     | ACC judul.   |    |
| 2.  | Senin, 13 Juli 2020      | Perhatikan penulisan sesuai dengan yang ada di buku panduan.<br>Rata kanan - kiri.   |    |
| 3.  | Selasa 21 Juli 2020      | - Dalam penyusunan Latar Belakang Perhatikan sistematika penulisan :<br>I-J-K-S.<br>- Masalah, tujuan, saran, lihat tugas akhir katag di eprints umpo  |    |
| 4.  | Minggu, 30 Agustus 2020. | ACC Bab 1  |   |
| 5.  | Kamis, 3 September 2020. | - Pathway proses degeneratif s/d muncul masalah kep. tersebut dicantumkan di Teori Bab 2.<br>- Faktor yang mempengaruhi :<br>Nanda, NLC, NDC (diganti) ✓<br>- Fokus munculkan data Pesito Cedera<br>Tidak perlu dicantumkan tahap Pengobatan. cukup interpretasi hasilnya yg menunjukkan kasus cedera. ✓<br>- Indeks Barthel ✓<br>- Indeks Katz ✓<br>- SLKI. ✓ |  |

| NO. | HARI/TANGGAL      | REKOMENDASI   | TANDA TANGAN  |
|-----|-------------------|---|---|
| 6.  | 10 September 2020 | 1. Rata kanan - kiri<br>2. Pada rencana askep.<br>Tabel ← pengkajian tradat perlu, atau hasilnya saja, pd lansia yg risiko cedera.<br>3. Koreksi pada litife dan spasi<br>4. Hubungan antar konsep<br>5. Munculkan data resiko cedera pd pengkajian dan pemeriksaan fisik |    |
| 7.  | 23 September 2020 | 1. Lengkapi penomoran.<br>2. Intervensi yang akan dilakukan belum dicantumkan<br>3. Kapsul rapi dan lengkap.  |    |
| 8.  | 25 September 2020 | 1. Hal persetujuan pembimbing diperbaiki<br>2. Pernyataan kesediaan tulisan diperbaiki<br>3. Sumber pada intervensi   |  |
| 9.  | 8 Oktober 2020    | ACC Bab 1, 2, 3.<br>ke yian.  |  |

| NO. | HARI/TANGGAL   | REKOMENDASI  | TANDA TANGAN |
|-----|----------------|--|--------------|
| 10. | 19 Maret 2021. | <del>BAB 4:</del><br>- Deskripsi pengkajian SPM30, indeks barthel, di dokumentasi askep belum ada.<br>- Perbaiki hasil pengkajian<br>- Ada data pendukung atau tidak pada pemfis ekstremitas<br>- Pathway pada etiologi.   |              |
| 11. | 9 April 2021.  | - Perbaiki penulisan<br>- Penjelasan pada genogram<br>- Hilangkan titik dua<br>- Para kurang konsisten<br>- Cek data mayer & mitcher<br>- Tabel dimasukkan ke lampiran.  |              |
| 12. | 03 April 2021. | - Paragraf yg terlalu panjang di-<br>jadikan 2 alinea<br>- Apakah sudah sesuai dengan SLKI<br>yg nanti diimplementasikan?<br>- Implementasi: F-T-O<br>- Adakah intervensi yg tidak<br>terlaksana?<br>- Evaluasi = F-T-O<br>BAB 4:<br>- Perbaiki penulisan<br>- Coba cek kembali kata & tampak. |              |
| 13. | 3 Mei 2021.    | BAB 5:<br>FTO → opini belum tampak baik<br>Pengkajian - evaluasi   |              |
| 14. | 21 Mei 2021.   | - Cantumkan hasil pengkajian BAB 4<br>- Perencanaan → jelaskan target<br>carannya berapa lama<br>- Rencana tindakan → dirasikan<br>- Apakah waktu w/ teratasi masalah<br>sesuai dg yg tertantum di<br>perencanaan?<br>- Evaluasi = bahas F-T-O   |              |

| NO. | HARI/TANGGAL    | REKOMENDASI                     | TANDA TANGAN |
|-----|-----------------|---------------------------------|--------------|
| 15. | 26 / 21<br>/ 06 | konsul keseluruhan<br>+ Abstrak | J.           |
| 16. | 25 Juni 2021    | perbaiki Abstrak<br>+ fa        | J            |

**Lampiran 15**  
**Dokumentasi Kegiatan**

