

## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

- 5.1.1. Hasil pengkajian keperawatan yang telah dilakukan pada tanggal 25 April 2024 pukul 09.30 wita pada Ny. K umur 76 tahun. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 130/85 mmHg, denyut nadi 72 x/menit, suhu 36,2 ° C, pernapasan 18 x/menit. Tinggi badan 150 cm, dan berat badan 62 kg. Status gizi klien saat ini dengan nilai IMT: 27,5 (berat badan berlebih atau gemuk), Ny.K tampak berjalan tidak seimbang dan memerlukan tumpuan tangan ketika akan berdiri dari posisi duduk serta terjadi perubahan gaya berjalan dengan memiliki nilai skala otot tidak normal pada ekstimitas bawah dengan nilai 4, Ny. K mempunyai nilai indeks kemandirian Katz dengan nilai 6, Ny.K mempunyai skor dalam *berg balance scale* yaitu 40 yang bermakna resiko jatuh sedang dan perlu menggunakan alat bantu jalan klien juga mempunyai riwayat jatuh 2 bulan yang lalu dikamar mandi dengan nilai score pada *Morse fall score* sebanyak 45 point yang berarti memiliki tingkat resiko jatuh yang tinggi.
- 5.1.2. Diagnosis keperawatan pada kasus lansia ini yang muncul adalah gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan penurunan kekuatan otot dan risiko jatuh pada lansia.
- 5.1.3. Intervensi keperawatan yang diterapkan dengan menggunakan intervensi unggulan yang dilakukan yakni 12 *balance exercise* untuk membantu meningkatkan keseimbangan tubuh dalam mengurangi risiko jatuh.
- 5.1.4. Implementasi keperawatan pada lansia resiko jatuh dengan intervensi 12 *balance exercise* dilakukan selama 3 kali dalam waktu 1 minggu

- 5.1.5. Evaluasi keperawatan pada lansia dengan resiko jatuh menerakan tindakan 12 *balance exercise* selama 3 kali dalam waktu 1 minggu dapat membantu peningkatan keseimbangan tubuh.
- 5.1.6. Analisis hasil asuhan keperawatan pada lansia dengan resiko jatuh dengan penerapan 12 *balance exercise* mengalami peningkatan skor *berg balance scale* menjadi 41 dalam waktu 1 minggu.

## 5.2. Saran

### 5.2.1. Bagi Perawat

Dengan kemudahan pelaksanaan dan manfaat yang sangat besar latihan 12 *balance exercise* dapat menjadi sebagai acuan dan bahan bagi perawat di Puskesmas Jambu hilir dalam pelaksanaan intervensi kepada lansia dengan resiko jatuh.

### 5.2.2. Bagi Klien dan keluarga

Intervensi 12 *Balance exercise* pada klien lansia dengan resiko jatuh diharapkan dapat dijadikan sumber informasi bagi klien dan keluarga dalam menerapkan terapi latihan 12 *Balance exercise* secara mandiri dirumah

### 5.2.3. Bagi Puskesmas/Pelayanan Kesehatan

Bagi puskesmas khususnya Puskesmas Jambu Hilir Kabupaten Hulu Sungai Selatan mempunyai sarana informasi dan pengetahuan kepada petugas, pasien lansia dan keluarga pasien selain pengobatan farmakologis ada juga pengobatan alternatif yang dapat membantu meningkatkan kekuatan otot lansia dan meningkatkan keseimbangan tubuh serta pencegahan jatuh yaitu dengan latihan 12 *balance exercise*.

### 5.2.4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan kepada institusi pendidikan agar Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat dijadikan acuan pembelajaran berdasarkan *evidence based nursing* pada penanganan lansia dengan Resiko Jatuh menggunakan penerapan intervensi 12 *balance exercise*.

#### 5.2.5. Bagi Penulis Berikutnya

Intervensi latihan 12 *Balance exercise* diharapkan dapat dikembangkan lagi oleh penulis selanjutnya terkait penerapan intervensi latihan 12 *Balance exercise* pada lansia dengan resiko jatuh.