

**PENGARUH PEMBERIAN *OTAGO HOME EXERCISE*  
*PROGRAMME* TERHADAP RISIKO JATUH PADA  
LANSIA DI PSTW BONDOWOSO**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



Oleh:  
**Dhiya Alisa Putri**  
**NIM. 24101066**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

**2025**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PENGARUH PEMBERIAN *OTAGO HOME EXERCISE***

***PROGRAMME TERHADAP RISIKO JATUH PADA***

**LANSIA DI PSTW BONDOWOSO**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Disusun Oleh**

**Dhiya Alisa Putri, S.Kep  
NIM. 24101066**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian ilmiah akhir ners pada tanggal 18 Juli 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners (Ns.) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

**DEWAN PENGUJI**

Pengaji 1 : Trisna Vitaliati, S.Kep., Ns., M. Kep  
NIDN. 0703028602

Pengaji 2 : Khoirun Nasikhin, A.Md.Kep  
NIPTT. 107 0111992 022017 9588

Pengaji 3 : Irwina Angelia Silvanasari, S.Kep., Ns., M. Kep (.....)  
NIDN. 0709099005

Ketua Program Studi Profesi Ners,



Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIDN: 0720028703

## ABSTRAK

Dhiya Alisa Putri\*, Irwina Angelia Silvanasari\*\*. 2025.. Pengaruh Pemberian *Otago Home Exercise Programme* Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di PSTW Bondowoso. Karya Ilmiah Akhir. Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.

**Latar Belakang:** Risiko jatuh merupakan suatu masalah besar bagi lansia. Jatuh dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan pada lansia seperti fraktur, gangguan mobilitas fisik dan kematian. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pemberian *otago home exercise programme* terhadap risiko jatuh pada lansia di PSTW Bondowoso. **Metode:** Teknik pengumpulan data dalam studi kasus ini memakai lembar kuesioner *Berg Balance Scale* sebelum dan sesudah diberikan terapi *otago home exercise programme* dengan frekuensi latihan 3 kali per minggu dalam waktu 2 minggu dengan durasi 45 menit. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian *otago home exercise programme* cukup efektif dalam menurunkan risiko jatuh pada pasien lansia jika dilakukan selama 2 minggu sebelum diberikan intervensi skor 18 (risiko jatuh tinggi) dan setelah diberikan intervensi skor 41 (risiko jatuh rendah). **Kesimpulan:** Dari hasil penelitian yang dilakukan pada pasien risiko jatuh diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian *otago home exercise programme* cukup efektif dalam menurunkan risiko jatuh pada lansia.

**Kata Kunci:** Lansia, *Otago home exercise programme*, Tingkat Risiko Jatuh

\*peneliti

\*\*pembimbing