

**STRATEGI PENINGKATAN MOBILITAS FISIK DAN  
PENCEGAHAN JATUH PADA LANSIA DI BPSTW  
BUDI LUHUR DINAS SOSIAL DAERAH  
ISTIMEWA YOGYAKARTA**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



DISUSUN OLEH :  
RAHMA FAUZIYA AZZAHRA  
243203003

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### LEMBAR PERSETUJUAN

#### STRATEGI PENINGKATAN MOBILITAS FISIK DAN PENCEGAHAN JATUH PADA LANSIA DI BPSTW BUDI LUHUR DINAS SOSIAL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Karya Ilmiah Keperawatan ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan penguji Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Disusun Oleh :

Rahma Fauziya Azzahra

NPM: 243203003

Yogyakarta, 11 Februari 2025

Pembimbing I



( Dr. Sujono Riyadi, M.Kes )

NIDN : 05-0108-7601

Pembimbing II



( Sidiq Prayitno, S.Kep )

NIP : 198409092010011013

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN STRATEGI PENINGKATAN MOBILITAS FISIK DAN PENCEGAHAN JATUH PADA LANSIA DI BPSTW BUDI LUHUR DINAS SOSIAL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Telah diseminarkan dan diujikan pada tanggal : 17 Februari 2025

Oleh :

Rahma Fauziya Azzahra

NPM: 243203003

Yogyakarta, 13 Maret 2025

Penguji

(Anastasia Suci, MNG)

NIDN : 05-2002-8202

Pembimbing I

( Dr. Sujono Riyadi, M.Kes )

NIDN : 05-0108-7601

Pembimbing II

( Sidik Prayitno, S.Kep )

NIP:498409092010011013

Mengetahui,

Ka. Prodi Profesi Ners

(Retno Sumiyarini, S.Kep.,Ns.,M.Med.Ed)

NPP:2009.13.0026

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

### PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Rahma Fauziya Azzahra

NPM : 243203003

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIAN : Strategi Peningkatan Mobilitas Fisik Dan Pencegahan Jatuh Pada Lansia Di BPSTW Budi Luhur Dinas Sosial Daerah Istimewa Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 13 Maret 2025



Rahma Fauziya Azzahra

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, atas izin dari-Nya penulis mampu menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Strategi Peningkatan Mobilitas Fisik Dan Pencegahan Jatuh Pada Lansia Di BPSTW Budi Luhur Dinas Sosial Daerah Istimewa Yogyakarta”. Adapun tujuan dari penulisan ini untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan ujian Karya Ilmiah Akhir Ners di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan saran, dukungan, dan motivasi yang sangat berarti bagi penulis dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners, terimakasih penulis tujukan kepada :

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
2. Retno Sumiyarini, S.Kep.,Ns.,M.Med.Ed, selaku ketua program studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
3. Anastasia Suci, MNG selaku dosen penguji akademik KIAN yang telah memberikan masukan, bimbingan, arahan serta dukungan kepada penulis dalam menyusun KIAN ini.
4. Dr. Sujono Riyadi, M.Kes selaku dosen pembimbing akademik KIAN yang sabar membimbing serta memberikan masukan dan arahan kepada penulis dalam menyusun KIAN
5. Sidik Prayitno, S.Kep selaku pembimbing klinik KIAN yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyusun KIAN
6. Seluruh dosen Program Studi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman kepada penulis
7. Kepada kedua orang tua, dan kedua kakak saya yang telah memberikan limpahan do'a dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini.
8. Pihak BSTW Budi Luhur Yogyakarta beserta responden yang turut serta membantu dalam penelitian ini.

9. Teman – teman Program Studi Ners Angkatan XXIII Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan semangat, dukungan dan motivasi kepada penulis, serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga dukungan dan motivasi yang diberikan menjadi limpahan amal jariyah dan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Harapannya karya ilmiah ini dapat menambah ilmu pengetahuan baru yang barokah.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL .....                          | i    |
| LEMBAR PERSETUJUAN .....                     | ii   |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                      | iii  |
| LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN .....             | iv   |
| KATA PENGANTAR .....                         | v    |
| DAFTAR ISI .....                             | vii  |
| DAFTAR TABEL .....                           | viii |
| DAFTAR GAMBAR.....                           | ix   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                         | x    |
| INTISARI .....                               | xi   |
| ABSTRACT.....                                | xii  |
| BAB I PENDAHULUAN.....                       | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah.....               | 1    |
| B. Tujuan.....                               | 3    |
| C. Manfaat.....                              | 4    |
| D. Teknik Pengumpulan Data .....             | 5    |
| BAB II TINJUAN TEORI .....                   | 7    |
| A. Konsep Mobilitas Fisik.....               | 7    |
| B. Asuhan Keperawatan Teori.....             | 9    |
| BAB III TEKNIK JURNAL DAN RESUME JURNAL..... | 14   |
| BAB IV TINJAUAN KASUS .....                  | 19   |
| BAB V PEMBAHASAN .....                       | 46   |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....            | 54   |
| DAFTAR PUSTAKA .....                         | 55   |
| LAMPIRAN .....                               | 56   |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 3.1 Penilaian Morse Fall Scale..... | 18 |
|---|----|

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR GAMBAR

|   |    |
|---|----|
| Gambar 5.1 Hasil Time To Up and Go..... | 50 |
| Gambar 5.2 Hasil Morse Fall Scale ..... | 51 |

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| LAMPIRAN 1 SURAT PENGAMBILAN KIAN .....                                    | 56 |
| LAMPIRAN 2 SURAT PERMOHONAN ETIK.....                                      | 57 |
| LAMPIRAN 3 SURAT KETERANGAN LAYAK ETIK .....                               | 58 |
| LAMPIRAN 4 INSTRUMEN PENELITIAN.....                                       | 59 |
| LAMPIRAN 5 SURAT PERNYATAAN KETUA PENELITI .....                           | 60 |
| LAMPIRAN 6 LEMBAR INFORM CONSENT .....                                     | 61 |
| LAMPIRAN 7 SURAT PERSETUJUAN SETELAH MENJELASKAN INFORMED<br>CONSENT ..... | 62 |
| LAMPIRAN 8 HASIL OLAH DATA (TIME TO UP AND GO) .....                       | 63 |
| LAMPIRAN 9 HASIL DATA INSTRUMEN MFS (SBLM INTERVENSI).....                 | 64 |
| LAMPIRAN 10 HASIL DATA MFS (SETELAH INTERVENSI).....                       | 64 |
| LAMPIRAN 11 LEMBAR BIMBINGAN.....  | 65 |