

Lampiran 1 Bukti konsultasi laporan PK

No	Tanggal	Dosen Pembimbing	Topik	Disetujui	Aksi
1	4 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	konsultasi LP setelah mendapat undian kasus	✓	 
2	4 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	konsultasi LP perbaikan materi menyesuaikan dengan pedoman penulisan	✓	 
3	5 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	konsultasi asuhan keperawatan mengenai diagnosis keperawatan yang diambil	✓	 
4	8 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	konsultasi revisian LP	✓	 
5	9 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	revisi LP bab 1 dan 2, perbaikan judul	✓	 
6	10 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	Konsultasi bab 3 askep	✓	 
7	10 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	Balance cairan	✓	 
8	12 Juni 2025	DWI ANTARA NUGRAHA, M.Tr.Kep.	konsultasi bab 4	✓	 

Lampiran 2 Leaflet dan SAP

Jatuh itu apa sih?

Suatu kejadian tidak diinginkan dialami oleh seseorang terutama pada lansia, kondisi tersebut mengakibatkan seseorang terbaring atau duduk berada di tempat yang lebih rendah dengan menimbulkan luka atau cedera serta gangguan kesadaran

Akibat yang timbul?



Cidera
(Patah tulang, Cidera kepala)



Disabilitas fisik, Psikologis



Kematian

PENCEGAHAN RESIKO JATUH



FAKTOR RESIKO

Faktor Intrinsik

1. Gangguan gaya berjalan
2. Kelemahan otot ekstermitas bawah
3. Kekakuan sendi
4. Kaki tidak kuat napak

Faktor Ekstrinsik

1. Lantai licin, tidak rata
2. Tersandung benda
3. Kursi roda tidak terkancing dengan baik
4. Penglihatan kurang
5. Pencahayaan kurang

PENCEGAHAN RESIKO JATUH

1. Melakukan kegiatan fisik (berjalan dengan dampingan keluarga)
2. Memodifikasi lingkungan rumah (singkirkan benda yang ada dilantai, kurangi tangga dirumah, buat lantai rata, tidak licin)
3. Pastikan bila menggunakan kursi roda terkunci dengan baik
4. Pagar tempat tidur terpasang dengan baik

Dr. Rajni

**SATUAN ACARA PEMBELAJARAN
UPAYA PENCEGAHAN RISKO JATUH PADA LANSIA**



Disusun Oleh :
Tresia Wonga 202211036

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA
TAHUN AKADEMIK 2024/2025**



STIKes PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jln. Tantular No. 401, Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman Telp

(0274) 518977

Jln. Kaliurang KM 14 Po.Box 40 PKM Yogyakarta 55584 Telp (0274) 896124

**SATUAN ACARA PEMBELAJARAN (SAP)
PENYULUHAN PENCEGAHAN RISIKO JATUH PADA LANSIA**

Hari, tanggal, waktu : Kamis, 05 Juni 2025 (30 menit)

Tempat : Rawat Inap Elisabeth Kamar 2.3 RS Elisabeth Ganjuran

Topik : Pencegahan risiko jatuh pada lansia

Sasaran : Ny. S

Tujuan :

a. Tujuan Umum

Mengetahui upaya pencegahan risiko jatuh

b. Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengertian risiko jatuh
2. Mengetahui penyebab risiko jatuh
3. Mengetahui faktor risiko jatuh
4. Mengetahui upaya pencegahan risiko jatuh

Garis Besar Materi :

1. Pengertian risiko jatuh
2. Penyebab risiko jatuh
3. Faktor penyebab risiko jatuh
4. Akibat yang timbul
5. Pencegahan risiko jatuh

Metode : Ceramah dan Tanya jawab

Alat Bantu Peraga : Leaflet

Rencana Evaluasi : Pasien mampu menjawab dengan benar 80% dari pertanyaan yang diberikan, yaitu:

1. Apa itu risiko jatuh?
2. Apa penyebab risiko jatuh?
3. Apa faktor yang menyebabkan risiko jatuh?
4. Sebutkan 5 upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah risiko

jatuh?

Sumber :

Nurhasanah, A., & Nurdahlia, N. (2020). Edukasi Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Keluarga Dalam Pencegahan Jatuh Pada Lansia. *Jkep*, 5(1), 84–100.
<https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.359>

Nurhayati, F., Rahmani, K. P. M. H. N., Aulia, S. T., Sopiah, P., & Ridwan, H. (2024). Kejadian jatuh pada lansia: faktor risiko, pencegahan dan komplikasi: literature review. *Literature Review*, 11(November), 33–37.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33867/d3cf3574>

Nusufi, Hapsan, & Hapsan, A. (2025). *E-learning dan big data dalam pendidikan jasmani dan olahraga* (N. D. Astuti & Amran Hapsan (eds.)). CV. Ruang Tentor.
<https://books.google.co.id/books?id=7ec9EQAAQBAJ>

Sumarsih, G. (2023). *Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Resiko Jatuh* (D. Larasati (ed.)). CV. Mitra Edukasi Negeri. <https://books.google.co.id/books?id=r5z-EAAAQBAJ>

Suratmi, Handayani, P. A., Rahmawati, A. N., Septianingtyas, M. C. A., Suriyani, Kushayati, N., Vianitati, P., & Kes, N. N. S. K. S. K. M. M. (2022). *Keselamatan pasien dan keselamatan kesehatan kerja dalam keperawatan* (Safrida (ed.)). Rizmedia Pustaka Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=nL1pEAAAQBAJ>

Yogyakarta, 05 Juni 2025

Penyuluh,



(Tresia Wonga)

MATERI

1.1 Pengertian risiko jatuh

Jatuh adalah suatu insiden ketika seseorang mengalami jatuh secara tidak disengaja atau tidak direncanakan dengan arah jatuh ke lantai atau ke tempat yang lebih rendah hingga menyebabkan cedera atau tidak cedera. Risiko jatuh merupakan peningkatan kerentanan terhadap jatuh yang dapat menyebabkan bahaya fisik. Selain anak-anak, lansia juga berisiko tinggi untuk terjatuh, hal ini di karena faktor lingkungan atau fisiologis yang berakibat cedera (Suratmi et al., 2022).

1.2 Etiologi risiko jatuh

Osteoporosis menyebabkan tulang menjadi rapuh sehingga dapat mengakibatkan fraktur. Selain itu, perubahan refleks baroreseptor seperti hipotensi dapat menyebabkan pandangan berkunang-kunang, kehilangan keseimbangan, sehingga mudah terjatuh. Perubahan lapang pandang dan penurunan adaptasi terhadap lingkungan yang gelap dapat menyebabkan lansia salah dalam menginterpretasikan lingkungan sehingga lansia terpeleset dan jatuh (Sumarsih, 2023).

1.3 Faktor penyebab risiko jatuh

Menurut Nusufi et al., (2025), terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang mengalami risiko jatuh diantaranya :

1. Faktor intrinsik : faktor ini berkaitan beberapa kondisi seperti disabilitas, penurunan kesadaran, gangguan keseimbangan tubuh, gangguan muskuloskeletal, penyakit jantung, stroke, gangguan ortopedik, gangguan neurologis, perubahan fisik karena proses penuaan seperti penurunan pendengaran, penurunan visus, dan perubahan status mental. Selain itu juga penggunaan obat-obatan dapat mengakibatkan seseorang memiliki risiko jatuh. Obat yang meningkatkan risiko jatuh seperti obat golongan sedatif dan hipnotik yang memiliki efek pada gangguan stabilitas tubuh.
2. Faktor ekstrinsik : faktor yang berasal dari luar seperti lantai yang licin, pencahayaan yang kurang terutama pada kamar tidur dan kamar mandi, tidak adanya pegangan tangan di kamar mandi atau di tangga, dan penggunaan alat bantu yang tidak sesuai. Dehidrasi juga dapat meningkatkan risiko jatuh karena kekurangan cairan dapat membuat pusing atau kebingungan serta kekurangan nutrisi seperti vitamin D, kalsium, dan protein yang dapat melemahkan tulang atau otot.

1.4 Komplikasi

Menurut Darmojo (2004) yang di kutip dalam Sumarsih, (2023) komplikasi yang terjadi pada lansia berisiko jatuh :

1. Cedera (*injury*)

- Rusaknya jaringan lunak yang terasa sakit seperti robeknya arteri maupun vena atau tertariknya jaringan otot.
- Patah tulang/fraktur
- Hematom subdural (perdarahan yang terjadi dibawah lapisan durameter otak)

2. Perawatan rumah sakit

- Komplikasi akibat tidak dapat bergerak atau imobilisasi
- Risiko penyakit iatrogenik atau karena tindakan medis seperti kanker akibat paparan radiasi berulang atau rambut rontok.

Komplikasi lainnya menurut Nurhayati et al., (2024) lansia yang jatuh dapat menyebabkan kerusakan fisik maupun psikologis hingga kematian. Kecacatan dapat mencakup cedera kepala, cedera otot, kehilangan fungsi, dan patah tulang. Dampak psikologis yang timbul antara lain rasa cemas, syok, kehilangan rasa percaya diri, keterbatasan dalam beraktivitas sehari-hari, takut terjatuh lagi (*knockle phobia*).

1.5 Pencegahan risiko jatuh

Pencegahan risiko jatuh merupakan langkah awal yang dapat dilakukan seperti mengidentifikasi faktor risiko jatuh, penilaian keseimbangan dan gaya berjalan, latihan fleksibilitas gerakan dan koordinasi keseimbangan, serta memperbaiki kondisi lingkungan yang tidak aman untuk lansia. Dalam melakukan pencegahan risiko jatuh pada lansia diperlukan pengetahuan dan keterampilan dari orang-orang terdekatnya atau anggota keluarga. Menurut Nurhasanah & Nurdahlia, (2020) upaya pencegahan risiko jatuh antara lain :

1. Mempertahankan agar lantai tidak licin
2. Lantai rata
3. Tidak ada barang-barang yang berserakan dilantai
4. Pencahayaan yang cukup dan tidak menyilaukan
5. Mengurangi tangga yang ada di jalur lansia
6. Menyediakan pegangan tangan atau pagar pengaman di kamar tidur, kamar mandi dan tempat yang biasanya dilewati lansia.
7. Penggunaan alat bantu pada lansia yang mengalami kesulitan berjalan agar tetap

Lampiran 3 Hasil turnitin

Tresia Wonga 202211036.pdf			
ORIGINALITY REPORT			
29%	28%	10%	16%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	repository.universitalirsyad.ac.id Internet Source	2%	
2	www.journalofmedula.com Internet Source	2%	
3	repository.stikeshangtuah-sby.ac.id Internet Source	2%	
4	repository.unhas.ac.id Internet Source	1%	
5	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	1%	
6	journal.piksi.ac.id Internet Source	1%	
7	www.scribd.com Internet Source	1%	
8	Submitted to Poltekkes Kemenkes Sorong Student Paper	1%	
9	repository.lp4mstikeskhg.org Internet Source	1%	
10	Submitted to Poltekkes Kemenkes Pontianak Student Paper	1%	
11	repository.unissula.ac.id Internet Source	1%	
12	repository.stikesmitrakeluarga.ac.id Internet Source	1%	
13	Submitted to Bellevue Public School Student Paper	1%	