

LAPORAN PENELITIAN

HUBUNGAN KESEIMBANGAN TUBUH TERHADAP RESIKO JATUH
PADA LANSIA DI DESA BARENG KABUPATEN KLATEN JAWA TENGAH



THERESIA CHRISNA FILIANTIKA

NPM 202123083

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN

HUBUNGAN KESEIMBANGAN TUBUH TERHADAP RESIKO JATUH
PADA LANSIA DI DESA BARENG KABUPATEN KLATEN JAWA TENGAH



THERESIA CHRISNA FILIANTIKA

NPM 202123083

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KESEIMBANGAN TUBUH TERHADAP RESIKO JATUH
PADA LANSIA DI DESA BARENG KABUPATEN KLATEN
JAWA TENGAH

Disusun Oleh :

Theresia Chrisna Filiantika

NPM 202123083

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Disetujui Pada Tanggal 1 Agustus 2025

Pembimbing I,



Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.KMB, PhD

NIK 199410004

Pembimbing II,



Herlin Lidya, Ns., M.Kep.

NIK 201650002

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Theresia Chrisna Filiantika

NPM : 202123083

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa studi kasus dengan judul:

**“Hubungan Keseimbangan Tubuh Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di
Desa Bareng Kabupaten Klaten Jawa Tengah”**

Yang telah saya lakukan selama empat bulan dari 22 Maret hingga 12 Juni 2025, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 1 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Theresia Chrisna Filiantika

SKRIPSI

HUBUNGAN KESEIMBANGAN TUBUH TERHADAP RESIKO JATUH PADA LANSIA DI DESA BARENG KABUPATEN KLATEN JAWA TENGAH

Disusun Oleh :

Theresia Chrisna Filiantika

202123083

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana

Pada tanggal 8 Juli 2025

Mengesahkan,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji :

Ketua : Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep

Anggota : 1. Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.KMB, PhD

2. Herlin Lidya, Ns., M.Kep

MOTTO

“Karena masa depan akan ada, dan harapanmu tidak akan hilang.”

Amsal 23:18

“Tetapi kamu ini, kuatkanlah hatimu, jangan lemah semangatmu, karena ada upah bagi usahamu!”

2 Tawarikh 15:7

“Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari.”

Matius 6:34

“Pencobaan – pencobaan yang kamu alami ialah pencobaan biasa, yang tidak melebihi kekuatan manusia. Sebab Allah setia dan karena itu Ia tidak akan membiarkan kamu dicobai melampaui kekuatanmu.”

1 Korintus 10:13

“Akan ada masa depan, bagi semua yang bertahan. Duniaku pernah hancur rangkai lagi satu – satu”

-Idgitaf-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung turut membantu dalam penyelesaian penelitian ini. Oleh karena itu skripsi ini dipersembahkan untuk :

1. Tuhan Yesus Kristus, Bunda Maria, dan juga Sta, Theresia terimakasih karena selalu ada disetiap langkah filin dalam menyelesaikan perjalanan ini, terimakasih juga karena selalu memberikan harapan dan mukjizat di waktu yang tepat ditengah keputusan filin. Terimakasih karena sudah menggendong seorang filin ketika tidak mampu untuk melangkah maju dan menjadi sumber kekuatan ditengah ketidakpastian. Terimakasih juga sudah menjadi rumah bagi filin untuk meneteskan air mata sukacita.
2. Teristimewah untuk cinta pertamaku Bapak Christianus Sutarman dan juga Ibu Paulina Kristiani yang senantiasa memberikan semangat, doa, pelukan, dan kasih sayang kepada filin. Sosok orang tua yang berhasil membuat filin bangkit dari kata menyerah. Filin menyadari bahwa setiap kata dalam skripsi ini merupakan buah kerja keras dan doa dari bapak dan ibu. Skripsi ini adalah persembahan untukmu dari putri kecilmu yang saat ini sudah tumbuh dewasa.
3. Kepada Mas Dika sebagai kakak, terimakasih sudah selalu memberikan support dan juga memfasilitasi apapun untuk filin.
4. Tiyas, vian, risma, niak team nge.rapsodiku terimakasih sudah selalu memberikan semangat, sudah membersamai proses pendewasaanku ini dan menjadi tempat ternyaman untuk kembali dan selalu mengembalikan energiku yang habis.
5. Theresia Rosary atau ocak terimakasih banyak sudah memberikan dan mengajari banyak hal kepadaku dari awal kuliah sampai skripsi ini selesai, semangat menjadi Bu Perawat cak!
6. Teman – teman yang senantiasa hadir, memberikan dukungan, memberikan bantuan dan menemani setiap proses penyusunan laporan penelitian ini.
7. Terakhir untuk diri sendiri terimakasih sudah berusaha keras dan berjuang sampai sejauh ini. Ini bukanlah akhir dari segalanya, namun awal dari perjalanan panjang yang harus dilewati badainya.

INTISARI

Nama : Theresia Chrisna Filiantika
NIM : 202123083
Judul : Hubungan Keseimbangan Tubuh dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Bareng Kabupaten Klaten Jawa Tengah
Tanggal Ujian : 8 Juli 2025
Pembimbing : 1. Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.KMB, PhD
2. Herlin Lidya, Ns., M.Kep.
Jumlah Pustaka : 79
Jumlah Halaman : xii, 67 halaman, lampiran

Penuaan merupakan proses alami pada diri lansia yang menyebabkan penurunan berbagai fungsi tubuh, termasuk penurunan keseimbangan tubuh yang dapat menyebabkan risiko jatuh pada lansia. Jatuh pada lansia merupakan masalah yang serius karena dapat menyebabkan cedera, penurunan kemandirian, masalah pada kualitas hidup lansia, bahkan dapat menyebabkan kematian. Oleh karena itu, penting untuk dilakukan upaya pencegahan melalui penilaian keseimbangan tubuh dan risiko jatuh pada lansia secara berkala. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keseimbangan tubuh dan risiko jatuh pada lansia di Desa Bareng Kabupaten Klaten. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*, jumlah sampel 78 orang lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan yaitu *berg balance scale* (BBS) dan *time up and go test* (TUG). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji statistik Spearmen karena data tidak berdistribusi normal, dan variabel berskala rasio. Hasil uji spearmen menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0.000$ ($p < 0.05$) dan $r = -0.919$ hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara keseimbangan tubuh dan risiko jatuh pada lansia di Desa Bareng, dengan arah hubungan yang berbanding terbalik. Semakin tinggi skor keseimbangan maka akan semakin rendah skor risiko jatuh, begitu sebaliknya

Kata kunci: *Berg Balance Scale*, Keseimbangan tubuh, Lansia, Risiko jatuh, *Time up and Go*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas izin dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian terkait “Hubungan Keseimbangan Tubuh dengan Resiko jatuh pada Lansia di Desa Bareng Kabupaten Klaten Jawa Tengah”

Keberhasilan penulisan laporan penelitian ini tidak lepas dari bantuan serta bimbingan oleh berbagai pihak, sehingga laporan ini dapat terselesaikan. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta yang telah membimbing dan memfasilitasi kami mahasiswa.
2. Bapak Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.KMB, PhD selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan serta arahan dalam menyelesaikan laporan penelitian.
3. Ibu Herlin Lidya, Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing II yang telah berkenan membimbing dan selalu memberikan motivasi dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.
4. Kader kesehatan Desa Bareng yang telah berkenan meluangkan waktunya dalam membantu proses pengambilan data pada penelitian ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan serta berkat bagi semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian laporan penelitian ini sehingga nantinya laporan dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Klaten, 26 Juni 2025

Theresia Chrisna Filiantika

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
INTISARI	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	6
1.3 Tujuan penelitian.....	6
1.4 Manfaat penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Tinjauan teori	8
2.2 Kerangka teori	25
2.3 Kerangka konsep	26
2.4 Hipotesis penelitian	26
BAB 3 METODE PENELITIAN	27
3.1 Desain penelitian	27
3.2 Definisi operasional.....	27
3.3 Populasi dan sampel	27

3.4	Tempat dan waktu penelitian.....	29
3.5	Teknik dan instrumen pengumpulan data.....	29
3.6	Etika penelitian.....	35
3.7	Pengelolaan dan analisis data.....	36
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN		39
4.1	Gambaran lokasi penelitian.....	39
4.2	Hasil dan pembahasan.....	40
4.3	Kelemahan penelitian.....	53
4.4	Keterbatasan penelitian	53
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....		54
5.1	Simpulan.....	54
5.2	Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kajian pustaka.....	18
Tabel 3.1 Definisi operasional.....	23
Tabel 4.1 Karakteristik responden	40
Tabel 4.5 Distribusi skor keseimbangan tubuh responden lansia.....	44
Tabel 4.6 Distribusi skor risiko jatuh responden lansia.....	45
Tabel 4.7 Hasil uji korelasi hubungan keseimbangan tubuh dengan risiko jatuh..	47

DAFTAR GAMBAR

	halaman
Gambar 2.1 Kerangka teori.....	25
Gambar 2.2 Kerangka konsep.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Ijin Penelitian
- Lampiran 2 Jawaban Ijin Penelitian
- Lampiran 3 *Ethical Clearance*
- Lampiran 4 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Instrumen Penelitian *Berg Balance Scale*
- Lampiran 7 SOP *Berg Balance Scale*
- Lampiran 8 Instrumen Penelitian *Time Up And Go*
- Lampiran 9 SOP *Time Up And Go*
- Lampiran 10 Rekapitulasi Data Penelitian
- Lampiran 11 Output SPSS
- Lampiran 12 Lembar Persetujuan *Subject Matter Expert*
- Lampiran 13 Pelaksanaan Kegiatan Penelitian
- Lampiran 14 Hasil Turnitin
- Lampiran 15 Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan Penelitian
- Lampiran 16 Bukti Konsultasi Pembimbing 1 dan 2