

Studi Kasus Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.S Dengan Osteoarthritis Melalui Penerapan Terapi *Balance Exercise* Untuk Menurunkan Risiko Jatuh Dipanti Jompo Welas Asih Tasikmalaya

Nurlela Aulia Sari¹ Dini Nurbaeti Zen², Yoga Ginanjar³
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh

ABSTRAK

Latar Belakang: Osteoarthritis merupakan penyakit degeneratif sendi yang sering terjadi pada lansia dan menyebabkan nyeri, kekakuan sendi, gangguan mobilitas, serta penurunan keseimbangan yang dapat meningkatkan risiko jatuh. Risiko jatuh pada lansia dapat menimbulkan cedera, penurunan kemandirian, dan menurunnya kualitas hidup. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan untuk menurunkan risiko jatuh adalah *balance exercise*. **Tujuan:** Menganalisis asuhan keperawatan pada Ny. S dengan osteoarthritis melalui penerapan terapi *balance exercise* untuk menurunkan risiko jatuh di Panti Jompo Welas Asih Tasikmalaya.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi utama yang diberikan berupa *balance exercise* yang dilakukan secara bertahap sesuai kondisi klien. **Hasil:** Hasil pengkajian menunjukkan klien mengalami nyeri lutut, gangguan keseimbangan, kelemahan ekstremitas bawah, keterbatasan mobilitas, dan rasa takut jatuh. Setelah dilakukan implementasi keperawatan, terjadi peningkatan keseimbangan dan kemampuan mobilisasi, penurunan nyeri dari skala 7 menjadi 3, serta penurunan risiko jatuh dari skor 6 menjadi 4 (risiko rendah). Klien juga menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam melakukan aktivitas sehari-hari. **Kesimpulan:** Penerapan *balance exercise* efektif dalam meningkatkan keseimbangan, mobilitas, dan kepercayaan diri serta menurunkan risiko jatuh pada lansia dengan osteoarthritis.

Kata kunci: osteoarthritis, *balance exercise*, risiko jatuh, lansia.

Case Study of Nursing Care Analysis for Mrs. S with Osteoarthritis Through the Implementation of Balance Exercise Therapy to Reduce the Risk of Falls at the Welas Asih Nursing Home in Tasikmalaya

Nurlela Aulia Sari¹ Dini Nurbaeti Zen², Yoga Ginanjar³
Faculty of Health Sciences, Galuh University

ABSTRACT

Background: Osteoarthritis is a degenerative joint disease commonly experienced by older adults and can cause pain, joint stiffness, impaired mobility, and decreased balance, which increase the risk of falls. Falls among older adults may lead to injury, loss of independence, and reduced quality of life. One non-pharmacological intervention that can reduce fall risk is balance exercise. **Objective:** To analyze nursing care for Mrs. S with osteoarthritis through the implementation of balance exercise therapy to reduce the risk of falls at Welas Asih Nursing Home, Tasikmalaya. **Methods:** This study used a case study approach based on the nursing process, including assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The main intervention was balance exercise performed gradually according to the client's condition. **Results: Assessment findings revealed knee pain, impaired balance, lower-extremity weakness, limited mobility, and fear of falling.** Following the intervention, improvements were observed in balance and mobility, pain decreased from a scale of 7 to 3, and the fall risk score decreased from 6 to 4 (low risk). The client also demonstrated increased confidence in performing daily activities. **Conclusion:** Balance exercise is an effective non-pharmacological nursing intervention for improving balance, mobility, and self-confidence while reducing fall risk in older adults with osteoarthritis.

Keywords: osteoarthritis, balance exercise, fall risk, elderly.