

**PENGARUH *TELE BALANCE EXERCISE* TERHADAP  
KESEIMBANGAN LANSIA**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan  
pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh**

**Shinta Adi Yunitasari**

**E2019040**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

**PENGARUH *TELE BALANCE EXERCISE* TERHADAP  
KESEIMBANGAN LANSIA**

**SKRIPSI**



Oleh

**Shinta Adi Yunitasari**

**E2019040**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

**PENGARUH *TELE BALANCE EXERCISE* TERHADAP  
KESEIMBANGAN LANSIA**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan  
Pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

Oleh

**Shinta Adi Yunitasari**

**E2019040**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul :

### ***Pengaruh Tele Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Lansia***

Yang dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Institusi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulis projek akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Mei 2023



Shinta Adi Yunitasari

NIM : E2019040

#### PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Shinta Adi Yunitasari  
Nim : E2019040  
Jenis Karya : Penelitian  
Judul : Pengaruh *Tele Balance Exercise* terhadap Keseimbangan Lansia

Dengan ini menyatakan dan memberikan Hak Bebas Royalitas Noneksklusif (*Non Exclusive Royalti-free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi perkembangan ilmu pengetahuan Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta, dan sebagai hak cita.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta  
Pada tanggal : 20 Mei 2023

Yang menyatakan



Shinta Adi Yunitasari

Nim : E2019040

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH *TELE BALANCE EXERCISE* TERHADAP KESEIMBANGAN  
LANSIA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang akhir skripsi Program Studi  
Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 20 Mei 2023

Pembimbing



Asita Rohmah Mutnawaitoh, S.Tr.Ftr.,M.Fis

NIDN. : 0616029401

Mengetahui

Kaprodi Diploma IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis

NIDN.061509502

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

### PENGARUH *TELE BALANCE EXERCISE* TEHADAP KESEIMBANGAN LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diajukan pada sidang skripsi pada tanggal 25 Mei 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Diploma IV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 5 Juni 2023

Mengesahkan ,

Penguji	1. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or NIDN. 0627088801	(..... 
	2. Dea Linia Romadhoni, S.Fis., M.K. NIDN. 0607039301	(..... 
	3. Asita Rohmah Mutnawaitoh, S.Tr., M.Fis NIDN. 0616029401	(..... 

Mengetahui  
Kaprosdi Diploma IV Fisioterapi

  
Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis  
NIDN. 0615059502  


## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah Subhanahu wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul, “Pengaruh *Tele Balance Exercise* terhadap Keseimbangan Lansia “ dengan lancar. Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
2. Ibu Sri Kustianti, S.ST.,M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.Ftr.,M.Fis selaku Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
4. Ibu Asita Rohmah Mutnawaitoh, S.Tr.Ftr.,M.Fis selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberi ilmu,saran dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi dengan baik.
5. Segenap dosen fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan ilmunya
6. Keluarga tercinta,Uti,Bapak,Ibu, dan kakak – kakak terima kasih untuk selalu memberikan doa,pengorbanan, dukungan, motivasi, dan semangat yang luar biasa
7. Sahabat- sahabatku yang selalu memberikan semangat,motivasi dan support tanpa lelah.
8. Teman-teman Fisioterapi angkatan 2019 untuk cerita dan pengalaman.
9. Kepada semua pihak yang membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Surakarta, 25 Januari 2023

Penulis