

PENGARUH KOMBINASI *OTAGO EXERCISE* DAN *SWISS BALL EXERCISE* TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA

SKRIPSI

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



Oleh :

Walida Putri Tsalitsa
E2019046

**PROGRAM STUDI D IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKRТА
2023**

**PENGARUH KOMBINASI *OTAGO EXERCISE* DAN *SWISS
BALL EXERCISE* TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA**

SKRIPSI



Oleh :

Walida Putri Tsalitsa
E2019046

**PROGRAM STUDI D IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKRТА
2023**

PENGARUH KOMBINASI *OTAGO EXERCISE* DAN *SWISS BALL EXERCISE* TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA

SKRIPSI

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
pada Program Studi DIV Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**

Oleh :

**Walida Putri Tsalitsa
E2019046**

**PROGRAM STUDI D IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKRTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PENGARUH KOMBINASI OTAGO EXERCISE DAN SWISS BALL EXERCISE TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA

Yang di buat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk dapat mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 11 Mei 2023



Walida Putri Tsalitsa
NIM E2019046

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitasi akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Walida Putri Tsalitsa

NIM : E2019046

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Kombinasi *Otago Exercise* Dan *Swiss Ball Exercise* Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-Exslusive Royalty Free Right*) Kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal 11 Mei 2023

Yang Menyatakan



(Walida Putri Tsalitsa)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *OTAGO EXERCISE* DAN *SWISS BALL EXERCISE* TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Sidang Skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Mei 2023

Pembimbing



Rini Widarti, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0627088801

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



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

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul:

PENGARUH KOMBINASI *OTAGO EXERCISE* DAN *SWISS BALL EXERCISE* TERHADAP RISIKO JATUH PADA LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diajukan pada ujian sidang Skripsi pada tanggal 26 Mei 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 5 Juni 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Cahyo setiawan, S.Ftr., M.K.M
NIDN. 0625109601

()

2. Dea Linia Romadhoni, S.Fis., M.K.M
NIDN. 0607039301

()

3. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0627088801

()

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



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

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah Subhanahu wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal dengan judul “Pengaruh Kombinasi *Otago Exercise* dan *Swiss Ball Exercise* terhadap Risiko Jatuh pada Lansia” dengan lancar. Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustiyati, SST., 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 Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Rini Widarti, SSt.FT., M.Or selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
6. Diri saya, terimakasih telah sabar dan terus berusaha menyelesaikan skripsi ini dengan semaksimal mungkin.
7. Kedua orang tua saya Mamah, Bapak dan kakak-kakak tersayang yang selalu mendo’akan, memberi semangat, motivasi dan dukungan tiada henti.
8. Sahabat saya “Mahasiswa Rajin Aamiin” (Royitung, Menus, Ipin) terimakasih atas dukungan yang tak terhingga.
9. Teman-teman seperjuangan Diploma IV Fisioterapi angkatan 2019.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Semoga berbagai kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan skripsi ini memberikan manfaat bagi teman sejawat fisioterapi dan lembaga kesehatan.

Surakarta, 20 Januari 2023

Penulis