

**EDUKASI BALANCE EXERCISE TERHADAP KEKUATAN
OTOT EKSTREMITAS BAWAH PADA LANSIA
MELALUI MEDIA VIDEO**

KOMUNIKASI INFORMASI DAN EDUKASI (KIE)

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh:

**INDAH KUSUMA WARDANI
202113053**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN KIE

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KIE dengan judul :

EDUKASI BALANCE EXERCISE TERHADAP KEKUATAN OTOT

EKSTREMITAS BAWAH PADA LANSIA

MELALUI MEDIA VIDEO

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari karya yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan karya 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, 20 September 2025



Indah Kusuma Wardani

NIM. 202113053

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Indah Kusuma Wardani

NIM : 202113053

Jenis Karya : KIE

Judul : Edukasi Balance Exercise Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas
Bawah Pada Lansia Melalui Media Video

Dengan ini menyatakan dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive 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 pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan proposal 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 : 20 September 2025

Yang Menyatakan



(Indah Kusuma Wardani)

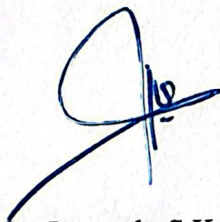
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul:

EDUKASI BALANCE EXERCISE TERHADAP KEKUATAN OTOT EKSTREMITAS BAWAH PADA LANSIA MELALUI MEDIA VIDEO

dinyatakan telah disetujui untuk diujiikan pada ujian seminar KIE Program Studi Sarjana
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

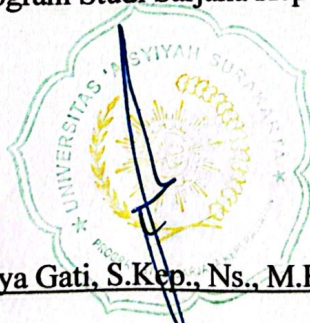
Surakarta, 5 Agustus 2025
Pembimbing



Ida Nur Imamah, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0620118704

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul

EDUKASI BALANCE EXERCISE TERHADAP KEKUATAN OTOT EKSTREMITAS BAWAH PADA LANSIA MELALUI MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan Tugas Akhir ini telah diujikan pada sidang ujian KIE pada tanggal 12 Agustus 2025 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KIE pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 12 Agustus 2025

Mengesahkan,

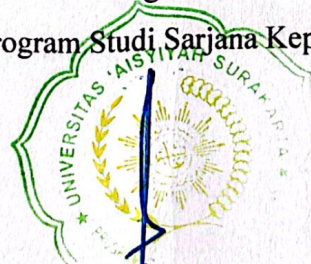
Penguji

1. Irma Mustikasari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0625048703
2. Hermawati, S.Kep., Ns., M.kep
NIDN. 0623027702
3. Ida Nur Imamah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0620118704

()
()
()

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



Norman Wijaya Gati, M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 0615018601

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Segala puji Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir. Tugas akhir ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat guna memperoleh gelar sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan tugas akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulis skripsi ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan segala kemudahan-Nya dan segala nikmat yang telah dikaruniakan sehingga proposal ini dapat diselesaikan.
2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
5. Ida Nur Imamah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing dan selaku penguji III yang telah membimbing, meluangkan waktu serta memberikan pengarahan sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
6. Irma Mustikasari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji I dalam proposal penelitian.
7. Hermawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji II dalam proposal penelitian.
8. Dosen Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang dengan sabar memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menempuh pendidikan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

9. Bapak Sugeng Riyadi dan Ibu Siti Maryam selaku orang tua saya yang tidak pernah lelah apalagi berhenti memberikan doa, motivasi, pengingat, serta dukungan, baik secara moral maupun material dalam penyusunan tugas akhir ini. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis hingga saat ini. Sehingga penulis terasa terdukung di segala pilihan dan keputusan yang diambil penulis.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Sarjana Keperawatan Angkatan 2021 terutama Kelas B yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.
11. Untuk seseorang yang tak kalah penting kehadirannya. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan penyusunan tugas akhir ini. Terima kasih telah menjadi tempat keluh kesah diwaktu lelahmu, menjadi pendengar yang baik, penasehat yang baik, dan senantiasa memberikan semangat, dukungan, tenaga, waktu maupun materi kepada penulis.
12. Untuk diri saya sendiri, Apresiasi yang sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha berjuang serta melawan rasa malas untuk menyelesaikan tugas akhir.

Penulis menyadari bahwa penulisan tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanya milik Allah SWT, oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaan tugas akhir ini senantiasa peneliti harapkan. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Surakarta, 20 September 2025



Indah Kusuma Wardani

202113053