



## Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Turnitin Instructor  
Assignment title: Jurnal Atika Yulianti  
Submission title: fukuda stepping test  
File name: i\_Rahayu\_-\_Fukuda\_Stepping\_Test\_Gangguan\_Keseimbanga...  
File size: 358.31K  
Page count: 6  
Word count: 2,126  
Character count: 12,496  
Submission date: 13-May-2024 09:06AM (UTC+0700)  
Submission ID: 2377776206

Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia (JAMSI) Vol. 3, No. 5, September 2023, Hal. 1409-1414  
<https://jamsi.jurnal.id.com> DOI: <https://doi.org/10.54082/jamsi.890>

### Fukuda Stepping Test untuk Mengetahui Gangguan Keseimbangan pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Clangap

Farica Devi Fatma<sup>1\*</sup>, Atika Yulianti<sup>2</sup>, Putri Sukma Rahayu<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia  
<sup>2</sup>Program Studi S1 Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia  
<sup>3</sup>Asya Therapy Center Mojokerto, Indonesia  
<sup>\*</sup>e-mail: [cacalvs@gmail.com](mailto:cacalvs@gmail.com)

#### Abstrak

Lansia biasanya akan mengalami penurunan fungsi tubuh hal ini akan menyebabkan beberapa gangguan pada lansia salah satunya adalah gangguan keseimbangan yang di akibatkan oleh gangguan pada vestibular. Jika hal ini terus di biarkan maka resiko jatuh pada lansia akan semakin parah, dan lansia akan semakin tidak bisa mandiri. Fukuda Stepping Test dilakukan untuk mengetahui adanya gangguan keseimbangan yang dikarenakan adanya gangguan vestibular. Dalam kegiatan ini di harapkan peserta dapat lebih melatih keseimbangan tubuh untuk menjadikan lansia lebih mandiri dan lebih merajaga tubuh agar lebih sehat. Karena pada beberapa lansia yang memiliki keseimbangan yang buruk memiliki resiko jatuh yang lebih besar. Kegiatan ini dilakukan dengan test fukuda dan beberapa test sebelumnya seperti tanda-tanda vital untuk mengetahui bahwa test ini aman dilakukan pada peserta. Sebelum kegiatan ini berlangsung para peserta juga di berikan lembar persetujuan dalam mengikuti kegiatan ini dan mereka semua menyetujui kegiatan ini. pada hasil setelah dilakukannya test Fukuda ini didapatkan bahwa sebanyak 15 lansia atau lebih dari 50% mengalami gangguan keseimbangan. Setelah dilakukannya test fukuda ini para peserta telah paham bagaimana keseimbangan terjadi dan bagaimana pencegahannya dan pemeliharaannya.

**Kata kunci:** Fukuda Stepping Test, Gangguan Keseimbangan, Lansia

#### Abstract

The elderly will usually experience a decrease in body function, this will cause several disorders in the elderly, one of which is balance disorders caused by vestibular disorders. If this continues to be allowed, the risk of falling in the elderly will get worse, and the elderly will be increasingly unable to be independent. The Fukuda Stepping Test is conducted to determine the presence of balance disorders due to vestibular disorders. In this activity, it is hoped that participants can further train their body balance to make the elderly more independent and maintain a healthier body. Because some elderly people who have poor balance have a greater risk of falling. This activity is carried out with the Fukuda test and several previous tests such as vital signs to find out that this test is safe for participants. Before this activity took place the participants were also given an agreement sheet in participating in this activity and they all agreed to this activity. In the results after the Fukuda test was conducted, it was found that as many as 15 elderly people or more than 50% had balance problems. After doing this Fukuda test, the participants understood better how balance occurs and how to prevent and maintain it.

**Keywords:** Balance Disorders, Elderly, Fukuda Stepping Test

#### 1. PENDAHULUAN

Seseorang dikatakan sudah mencapai usia lanjut adalah orang yang mencapai usia 60 tahun lebih, menurut WHO usia lanjut di bagi menjadi berbagai golongan sebagai : a) usia 45 – 60 tahun disebut dengan middle-; b) usia 61 – 75 tahun di sebut elderly; c) usia lebih dari 90 tahun disebut old (Akhar et al., 2021). Usia lanjut adalah tahap akhir pada proses bertambahnya usia yang memiliki dampak pada berbagai aspek pada kehidupan salah satunya, penurunan fungsi fisik dan rentan terhadap penyakit (Ibrahim et al., 2018).

Manusia akan mengalami proses penuaan yang mana proses ini di tandai dengan menurunnya kemampuan jaringan pada tubuh untuk memperbaiki diri dan mempertahankan kan fungsi dan strukturnya. Penurunan fungsi pada tubuh akan menyebabkan kehilangan daya tahan tubuh lalu akan mengalami penurunan masa otot. Selain itu lansia juga akan mudah terserang suatu penyakit karena adanya penurunan sistem kekebalan pada tubuh, beberapa penyakit yang

P-ISSN 2807-6605 | E-ISSN 2807-6567

1409