

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN LATIHAN *SIT TO STAND* UNTUK MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN MOBILISASI PADA LANSIA
*POST STROKE HEMIPARESIS***



**ANITA DYAH PRATIWI
P07120123064**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN LATIHAN *SIT TO STAND* UNTUK MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN MOBILISASI PADA LANSIA
*POST STROKE HEMIPARESIS***

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan



**ANITA DYAH PRATIWI
P07120123064**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN LATIHAN *SIT TO STAND* UNTUK MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN MOBILISASI PADA LANSIA
*POST STROKE HEMIPARESIS***

***IMPLEMENTATION OF SIT TO STAND EXERCISES TO IMPROVE
MOBILITY INDEPENDENCE IN ELDERLY PEOPLE WITH
POST STROKE HEMIPARESIS***

Disusun Oleh:
ANITA DYAH PRATIWI
NIM. P07120123064

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:
20 Mei 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr.Kes., M.Si
NIP. 196507201989032001



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

Yogyakarta, 20 Mei 2026
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN LATIHAN *SIT TO STAND* UNTUK MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN MOBILISASI PADA LANSIA
POST STROKE HEMIPARESIS

Disusun Oleh:
ANITA DYAH PRATIWI
NIM. P07120123064

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 26 Mei 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Titik Endarwati, SKM, M.PH
NIP. 197607031998032003

Anggota,
Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr.Kes., M.Si
NIP. 196507201989032001

Anggota,
Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

(.....)
(.....)
(.....)

Yogyakarta, 26 Mei 2026
Ketua Jurusan Keperawatan


Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Anita Dyah Pratiwi

NIM : P07120123064

Tanda Tangan :



Tanggal : 26 Mei 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anita Dyah Pratiwi

NIM : P07120123064

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

Penerapan Latihan *Sit to Stand* untuk Meningkatkan Kemandirian Mobilisasi pada Lansia *Post Stroke Hemiparesis*.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta bentuk menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 26 Mei 2026

Yang menyatakan



(Anita Dyah Pratiwi)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan persiapan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma Tiga Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ibu Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., M.Si selaku pembimbing utama dan Bapak Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan pembimbing pendamping.
3. Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi Diploma Tiga Keperawatan.
4. Titik Endarwati, SKM, M.PH selaku Ketua Dewan Penguji.
5. Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM, M.Si selaku Pembimbing Utama.
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material, moral, dan doa terkhusus dari ibu saya.
7. Sahabat dan orang terdekat yang telah banyak membantu dan kebersamaan penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 26 Mei 2026

Anita Dyah Pratiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK ..	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan	6
D. Ruang Lingkup	6
E. Manfaat Penelitian	7
F. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Telaah Pustaka	13
B. Kerangka Teori	47
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	48
A. Jenis Studi Kasus	48
B. Subjek Studi Kasus	48
C. Fokus Studi	49
D. Definisi Operasional	49
E. Instrumen Studi Kasus	50
F. Metode Pengumpulan Data	51
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus	53
H. Analisis Data dan Penyajian Data	53
I. Etika Studi Kasus	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Hasil Studi Kasus	56
B. Pembahasan Studi Kasus	92
C. Keterbatasan Studi Kasus	99
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	100
A. Kesimpulan	100
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	108

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Intervensi Keperawatan Klien 1 dan 2	73
Tabel 2. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 1	74
Tabel 3. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 2	75
Tabel 4. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 3	76
Tabel 5. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 4	77
Tabel 6. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 5	78
Tabel 7. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 6	79
Tabel 8. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 7	80
Tabel 9. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 8	81
Tabel 10. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 Pertemuan 9	82
Tabel 11. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 1	83
Tabel 12. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 2	84
Tabel 13. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 3	85
Tabel 14. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 4	86
Tabel 15. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 5	87
Tabel 16. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 6	88
Tabel 17. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 7	89
Tabel 18. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 8	90
Tabel 19. Implementasi dan Evaluasi Klien 2 Pertemuan 9	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori atau Landasan Teori	47
Gambar 2. Denah Lokasi Penelitian	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Standar Operasional Prosedur (SOP) Latihan <i>Sit to Stand</i>	109
Lampiran 2. <i>Informed Consent</i> klien 1	111
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i> klien 2	112
Lampiran 4. <i>Barthel Index (BI)</i>	113
Lampiran 5. Lembar <i>Berg Balance Scale (BBS)</i>	115
Lampiran 6. Lembar <i>Manual Muscle Test (MMT)</i>	121
Lampiran 7. Surat Izin Studi Pendahuluan	127
Lampiran 8. Surat Izin Studi Penelitian	128
Lampiran 9. <i>Ethical Clearance</i>	129
Lampiran 10. Surat Permohonan Izin Penelitian	130
Lampiran 11. <i>Similiarity</i>	131
Lampiran 11. Lembar Bimbingan Pembimbing 1	132
Lampiran 12. Lembar Bimbingan Pembimbing 2.....	134
Lampiran 13. Rencana Anggaran Penelitian.....	136
Lampiran 15. Pengkajian Keperawatan Gerontik	137
Lampiran 16. Dokumentasi Pelaksanaan <i>Latihan Sit to Stand</i>	151
Lampiran 17. Rencana Jadwal Penelitian	152