# PENERAPAN LATIHAN *OTAGO EXERCISE* UNTUK PENINGKATAN KESEIMBANGAN PADA LANSIA DENGAN *NEUOROPATI DIABETIC*

Evrilia Shifaul Qolbi, Alinda Nur Ramadhani

appriliinda4@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## RINGKASAN

**Latar belakang:** Neuropati diabetik merupakan komplikasi diabetes melitus yang menyebabkan kerusakan saraf perifer sehingga menimbulkan gangguan sensorik, motorik, dan propriosepsi. Kondisi ini berdampak pada penurunan keseimbangan dan meningkatnya risiko jatuh pada lansia. Dukungan keluarga pendamping sangat penting untuk memastikan kepatuhan dan keamanan dalam menjalani latihan keseimbangan. Salah satu intervensi fisioterapi yang terbukti efektif adalah *Otago Exercise Programme (OEP)*. **Tujuan:** Meningkatkan pemahaman lansia dengan neuropati diabetic, keluarga pendampingnya, dan fisioterapis mengenai penerapan latihan keseimbangan dan motorik berbasis OEP, sehingga dapat memperbaiki keseimbangan, menurunkan risiko jatuh, dan meningkatkan kualitas hidup. **Metode:** pendekatan yang digunakan melibatkan media komunikasi informasi Pendidikan (KIE) berupa video edukasi. Video ini dipilih karena mampu menyampaikan informasi dengan cara audiovisual yang lebih menarik, mudah dimengerti, serta efisiensi dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman audiens yang menjadi sasaran. **Hasil:** media KIE dalam bentuk video ini dapat dipergunakan dan disebarluaskan kepada para priktisi fisioterapi, mahasiswa fisioterapi. **Kesimpulan:** penggunaan video sebagai alat KIE dapat berfungsi sebagai sarana untuk promosi, penyampaian informasi, dan pendidikan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang penerapan latihan keseimbangan dan motorik untuk memperbaiki keseimbangan serta mengurangi risiko jatuh bagi orang tua yang mengalami neuropati diabetik.

**Kata kunci:** neuropati diabetik, lansia, keseimbangan, ,*otago exercise* , risiko jatuh.