

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menjadi tua adalah suatu tahap dalam kehidupan yang dialami oleh setiap individu di seluruh dunia. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi tubuh secara fisik, emosional, dan psikologis. Proses penuaan ini juga seringkali disertai dengan munculnya berbagai masalah kesehatan. Beberapa masalah kesehatan yang umumnya timbul pada tahap ini meliputi diabetes melitus, hipertensi, masalah pernafasan, penurunan daya tahan tubuh, gangguan penglihatan seperti mata rabun, penurunan pendengaran, dan berbagai masalah psikologis lainnya. Lansia, atau orang yang telah memasuki usia lanjut, menjadi rentan terhadap sejumlah permasalahan kesehatan ini. Risiko jatuh merupakan salah satu dampak serius dari perubahan fisik yang terjadi pada lansia. Penurunan keseimbangan, kekuatan otot yang menurun, dan gangguan penglihatan dapat meningkatkan kemungkinan lansia mengalami kecelakaan jatuh. Risiko jatuh ini dapat memiliki konsekuensi serius, termasuk cedera fisik, patah tulang, atau bahkan masalah kesehatan yang lebih kompleks. Oleh karena itu, sangat penting untuk memberikan perhatian khusus terhadap kesehatan lansia. Pencegahan jatuh melibatkan berbagai tindakan, seperti menjaga kebugaran fisik melalui olahraga ringan, memastikan lingkungan rumah aman dan bebas hambatan, dan mengenali serta mengatasi masalah kesehatan yang mungkin meningkatkan risiko jatuh. Dukungan sosial dan perawatan medis yang adekuat juga berperan penting

dalam meningkatkan kualitas hidup lansia selama proses penuaan. (Afna et al., 2022).

Lansia, atau Lanjut Usia, merujuk kepada individu yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih. Saat mencapai tahap ini, seseorang akan mengalami sejumlah perubahan, termasuk penurunan. Penurunan tersebut mencakup fungsi fisiologis yang dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis, menyebabkan lansia mengalami tingkat stres. Jumlah populasi lansia cenderung meningkat, tidak hanya secara global tetapi juga di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Antara tahun 2015 dan 2050, diperkirakan populasi lansia di seluruh dunia akan mengalami peningkatan dua kali lipat, dari 12% menjadi 22%, atau sekitar 900 juta individu menjadi 2 milyar pada usia 60 tahun ke atas (Fristantia et al., 2016).

Proporsi lansia di seluruh dunia diperkirakan mencapai 22% dari total penduduk dunia, atau sekitar 2 miliar individu pada tahun 2020, dengan sekitar 80% dari populasi lansia tinggal di negara-negara berkembang. Jumlah penduduk di 11 negara di kawasan Asia Tenggara yang berusia di atas 60 tahun mencapai 142 juta orang, dan perkiraan menunjukkan peningkatan hingga tiga kali lipat pada tahun 2050 (Fristantia et al., 2016). Pertumbuhan jumlah lansia di seluruh dunia setiap tahunnya sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup. Dalam konteks Undang-undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia, lansia diartikan sebagai penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Paramitha & Purnawati, 2017).

Menurut informasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2016, persentase penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 7,6% dari total penduduk, Kemudian, tingkat tersebut meningkat menjadi 8,5% pada tahun 2015. Perkiraan menyatakan bahwa pada tahun 2020, proporsi lansia diperkirakan akan mencapai 10,0%, dan proyeksi untuk tahun 2025 menunjukkan peningkatan menjadi 11,8%. Proyeksi ini terus menunjukkan peningkatan hingga mencapai 13,8% pada tahun 2030 (Nisa et al., 2019). Risiko jatuh merujuk pada suatu kejadian yang diberitahukan oleh penderita atau keluarga yang menyaksikan, yang mengakibatkan individu tiba-tiba berada dalam posisi terbaring atau duduk di lantai atau tempat yang lebih rendah, baik dengan atau tanpa kesadaran. Selain itu, risiko jatuh juga dapat dijelaskan sebagai kejadian yang membuat individu yang sedang sadar berakhir di lantai tanpa disengaja (Sidik, 2021). Risiko jatuh adalah situasi di mana individu mengalami kerusakan atau gangguan fisik dan kesehatan sebagai dampak dari terjatuh.

Terjatuh dapat menimbulkan berbagai komplikasi, mulai dari cedera ringan seperti memar dan keseleo hingga kondisi serius seperti patah tulang atau bahkan dapat berujung pada kematian. Oleh karena itu, langkah-langkah pencegahan perlu diambil untuk mencegah kejadian jatuh berulang. Hal ini dapat dilakukan dengan mengidentifikasi faktor risiko, melakukan penilaian terhadap keseimbangan dan gaya berjalan, serta mengelola atau mengatasi faktor situasional yang dapat menyebabkan kecelakaan jatuh (Fristantia et al., 2016). Faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya kecelakaan jatuh

dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik mencakup unsur-unsur alami, seperti karakteristik pasien, misalnya usia dan kondisi kesehatan. Di sisi lain, faktor risiko ekstrinsik melibatkan elemen-elemen di sekitar lingkungan, yang dapat memicu kejadian jatuh, seperti pencahayaan yang kurang memadai, keberadaan barang-barang di sekitar, lantai yang licin, dan jenis alas kaki yang dapat dengan mudah tergelincir. Kedua kategori faktor tersebut memiliki dampak signifikan terhadap risiko jatuh pada lansia (Lilyanti et al., 2022).

Di Indonesia, prevalensi risiko jatuh pada populasi yang berusia di atas 55 tahun mencapai 49,4%, sementara pada kelompok usia di atas 65 tahun mencapai 67,1%. Tahun demi tahun, terjadi peningkatan insidensi kejadian jatuh di antara lansia yang tinggal di komunitas. Angka ini meningkat dari 25% pada usia 70 tahun menjadi 35% setelah mencapai usia 75 tahun. Sekitar 30% dari lansia yang berusia 65 tahun ke atas dan tinggal di rumah (komunitas) melaporkan mengalami kejadian jatuh, di mana separuh dari mereka mengalami jatuh secara berulang. Lansia yang tinggal di rumah memiliki tingkat kejadian jatuh sekitar 50%, dan sekitar 10-25% dari mereka memerlukan perawatan di rumah sakit (Fristantia et al., 2016).

Konsekuensi dari kejadian jatuh pada lansia mencakup beragam jenis cedera serta kerusakan fisik dan psikologis. Dampak fisik dari kecelakaan ini mencakup patah tulang panggul, fraktur tulang pelvis, patah lengan atas, dan cedera pada pergelangan tangan. Di sisi psikologis, kejadian jatuh dapat menyebabkan lansia merasakan ketakutan atau trauma akan kejadian serupa,

kehilangan rasa percaya diri, dan pembatasan dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Sari et al., 2019).

Salah satu langkah untuk mengurangi risiko jatuh pada lansia adalah melaksanakan orientasi kamar bagi lansia, menempatkan tempat tidur pada tinggi yang sesuai, memastikan roda terkunci, dan memasang kedua pembatas tempat tidur dengan baik. Desain ruangan juga dapat diatur sedemikian rupa, dengan menyusun benda-benda pribadi di sekitar lansia, menyediakan pencahayaan yang cukup, serta menyediakan alat bantu yang sesuai dengan kebutuhan lansia. Dukungan emosional dan psikologis perlu diberikan, dan melibatkan keluarga dalam upaya pencegahan risiko jatuh pada lansia juga merupakan langkah yang diperlukan (Afna et al., 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagarhan Banyumas pada 24 Januari 2023. Dari hasil wawancara dengan petugas panti, diketahui bahwa jumlah lansia di Panti Sudagarhan adalah sebanyak 92 orang. Rinciannya mencakup 38 lansia yang tidak potensial, terdiri dari Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), yang mengalami gangguan kognitif (linglung atau demensia), dan yang tidak dapat berbicara. Sementara itu, terdapat 52 lansia yang dianggap potensial, dan 2 lansia baru saja meninggal. Dari 7 lansia yang diwawancarai terdapat 4 lansia yang mengatakan pernah jatuh dalam 3 bulan terakhir dikarenakan lantai licin, dan pencahayaan yang tidak mendukung, Lansia yang terdapat di Panti Sudagarhan ini rata-rata didapatkan dari lansia terlantar (tanpa keluarga) dan hanya sedikit yang mendapat kunjungan dari pihak keluarganya.

Lansia di Panti dalam memenuhi aktivitas sehari-hari secara mandiri dan ada sebagian yang masih dibantu. Untuk aktivitas sehari-hari (ADL) Petugas Panti membuat Jadwal Kegiatan Sehari-hari seperti jadwal makan (pagi, siang, malam), senam pagi, bimbingan fisik, bersosialisasi, bimbingan agama, mengaji bersama maupun ada jadwal piket gotong royong kebersihan dan kunjungan pemeriksaan kesehatan. Petugas Panti mengatakan bahwa dalam mengelola Panti Sudagaran mendapat biaya dari Pemerintah. Lansia mendapatkan makan 3x sehari dengan makan makanan yang seadanya dan dalam menunjang kelangsungan hidup lansia di Panti Sudagaran memberikan kunjungan Petugas Medis untuk pemeriksaan kesehatannya setiap sebulan sekali. Berdasarkan hasil observasi peneliti didapat lansia di Panti ini terdapat 2 kategori lansia, yaitu lansia rentan jatuh dan tidak rentan jatuh.

Untuk lansia rentan jatuh di satukan dalam satu ruangan atau asrama, dan yang tidak rentan jatuh dibedakan menjadi 2 asrama yaitu asrama putra dan asrama putri. Untuk pemenuhan hidup sehari-hari di Panti terdapat banyak ruangan seperti Ruang Makan, Mushola, Aula untuk berkumpul, Ruang untuk Olahraga, maupun Membersihkan Diri (Toilet). Berdasarkan hasil observasi, di panti ini kurang memiliki ventilasi sehingga ketika siang hari tidak ada cahaya yang masuk ke dalam ruangan, dan kurangnya lampu dalam satu ruangan sehingga di malam hari pencahayaan kurang. Selain itu, lantai di panti yang licin, tidak rata dan berlubang dapat membuat lansia beresiko jatuh. Oleh sebab itu dari paparan di atas peneliti tertarik dalam melakukan penelitian tentang “ Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiko Jatuh Pada Lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yang perlu diteliti adalah “Apakah ada pengaruh antara faktor-faktor yang mempengaruhi dengan resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, dan jenis kelamin lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.
- b. Mengidentifikasi faktor penglihatan dengan resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.
- c. Mengidentifikasi faktor alat bantu berjalan dengan resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.
- d. Mengidentifikasi faktor lingkungan dengan resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.
- e. Mengidentifikasi faktor situasional dengan resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden (lansia)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meminimalisir resiko jatuh pada lansia yang memiliki keterbatasan fisik. Perlunya ditambahkan fasilitas yang mendukung seperti pemberian lampu penerangan yang cukup, alat bantu berjalan yang memadai dan kontrol lingkungan seperti menjaga lantai agar tidak licin agar lansia lebih merasa nyaman di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan wawasan ilmu pengetahuan serta keterampilan dalam menganalisa permasalahan yang terjadi dikalangan masyarakat tentang resiko jatuh pada lansia di Panti Pelayanan Lanjut Usia Sudagaran.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi untuk perkembangan bagi penelitian selanjutnya mengenai lansia.

4. Bagi Institusi Pelayanan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan mutu pelayanan (rumah sakit, puskesmas) dengan cara memberikan pendidikan kesehatan mengenai pedoman pencegahan jatuh pada lansia.

5. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi tambahan tentang besarnya angka resiko jatuh terhadap lansia.