

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Setiap individu akan mengalami masa tua dalam siklus kehidupannya. Penuaan merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, tidak dapat berubah dan kompleks yang dapat berdampak negatif pada berbagai sistem organ dan kemampuannya untuk berfungsi. Perubahan tersebut dapat menjadi salah satu faktor terjadinya berbagai masalah kesehatan yang terjadi pada lansia. Selain itu faktor kebiasaan perawatan kesehatan selama masa dewasa juga menjadi faktor yang penting. Banyak lansia yang mengalami penyakit saat usia lanjut akibat dari gaya hidup yang tidak sehat (Sitanggang et al., 2021).

Berdasarkan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 88 tahun 2021, lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Provinsi Sumatera Barat menduduki provinsi keenam yang memiliki persentase penduduk lansia tertinggi sebanyak 10,83% yang mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2019 dengan persentase 9,80%. (BPS Provinsi Sumatera Barat, 2021). Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang, Puskesmas Lubuk Buaya termasuk dalam tiga teratas untuk jumlah penduduk lanjut usia terbanyak yaitu sebanyak 5.219 jiwa (Dinas Kesehatan kota Padang, 2022).

Peningkatan jumlah lansia merupakan cerminan dari meningkatnya usia harapan hidup di Indonesia yang juga menjadi salah satu indikator keberhasilan dari pencapaian pembangunan nasional. Namun, meningkatnya jumlah penduduk lansia

juga menimbulkan masalah terutama dari segi kesehatan dan kesejahteraan lansia. Jika masalah kesehatan lansia tidak dapat ditangani maka akan berkembang menjadi masalah yang lebih kompleks diantaranya dari aspek fisik, mental, dan sosial berkaitan dengan kesehatan dan kesejahteraan lansia. Sehingga menyebabkan kebutuhan terhadap pelayanan kesehatan khususnya untuk lansia juga ikut meningkat (Djamhari, Ramdlaningrum, Layyinah, Chrisnahutama, & Prasetya, 2021).

Lansia identik dengan penurunan status kesehatan terutama status kesehatan fisik. Masalah ini berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga timbulnya berbagai penyakit, penurunan fungsi tubuh, serta keseimbangan tubuh yang dapat berakhir pada kematian. Masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia antara lain penyakit degeneratif, penyakit menular, penyakit keganasan, gangguan keseimbangan dan penyakit terkait psikososial. Selain itu, pada lansia lanjut akan mengalami sindrom geriatri seperti inkontinensia urin, gangguan pola tidur, delirium, demensia, jatuh, osteoporosis, dan kehilangan berat badan (Kiik, Sahar, & Permatasari, 2018).

Perubahan fisiologis yang terjadi pada lansia mengakibatkan penurunan kemampuan keseimbangan sehingga meningkatkan kejadian risiko jatuh pada lansia. Gangguan keseimbangan ini diakibatkan terganggunya visual, sistem vestibular, kekuatan otot, gerak sendi, dan sensomotorik pada lansia (Pengpid & Peltzer, 2018). Berdasarkan data Riskesdas Provinsi Sumatera Barat tahun 2018, tempat paling sering terjadinya trauma pada lansia adalah di rumah dan lingkungannya dengan persentase 74,11 % dibandingkan di jalan raya atau fasilitas umum lainnya (Riskesdas, 2018).

Masalah kesehatan fisik yang sering terjadi pada lansia diantaranya yaitu kejadian jatuh pada lansia. Jatuh merupakan salah satu faktor utama yang dianggap dapat mempengaruhi aktivitas lansia bahkan kecacatan pada lansia akibat trauma yang ditimbulkan. Secara global, tingkat prevalensi jatuh yang dilaporkan mencapai 20% hingga 40 % diberbagai negara dengan 60 % dari lansia memiliki pengalaman jatuh sekali dalam kurun waktu satu tahun. Selain itu, trauma menjadi penyebab utama kelima pada lansia dan jatuh sebagai penyebab paling umum pada kematian lansia akibat trauma (Moncada & Mire, 2017).

Adapun faktor penyebab terjadinya jatuh pada lansia yang terbagi menjadi faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seperti gangguan sistem sensorik, gangguan sistem kardiovaskuler, gangguan metabolisme, dan gangguan muskuloskeletal. Sedangkan faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari luar diri individu seperti keadaan lingkungan, aktifitas, dan pengaruh pemakaian obat-obatan (Sudiartawan, Yanti, & Wijaya, 2020). Selain itu, gangguan gaya berjalan dan keseimbangan juga menjadi salah satu penyebab jatuh yang paling umum pada lansia dan sering menyebabkan cedera, kecacatan, dan kehilangan kemandirian pada lansia. Mengidentifikasi dini gangguan gaya berjalan dan keseimbangan pada lansia serta memberikan intervensi yang tepat dapat mencegah terjadinya kejadian jatuh lansia (Cuevas-Trisan, 2019).

Salah satu program latihan keseimbangan dengan melakukan latihan *Cawthorne-Cooksey Exercise*. *Cawthorne-Cooksey Exercise* adalah latihan yang paling umum untuk program rehabilitasi vestibular yang melibatkan pusat keseimbangan, seperti aktivitas visual, proprioseptif, dan vestibular. *Cawthorne-*

Cooksey Exercise dimaksudkan untuk menenangkan otot-otot leher dan punggung, melatih mata untuk bekerja secara independen dari kepala, dan melatih koordinasi dengan gerakan kepala. Latihan ini melibatkan gerakan mata dan kepala dan untuk mengurangi pusing, ketidakseimbangan, dan meningkatkan kualitas hidup (Asif, Mazhar, Afreen, Tauseef, & Tauseef, 2022).

Menurut penelitian yang telah dilakukan Meldrum *et al* (2015) menyatakan bahwa *Cawthorne-Cooksey Exercise* dapat meningkatkan keseimbangan pada lansia. Selain itu Asif *et al* (2022) menemukan bahwa *Cawthorne-Cooksey Exercise* meningkatkan keseimbangan pada lansia, melatih sikap atau posisi tubuh, mengkoordinasi otot dan gerakan mata, mengurangi pusing, membantu memperbaiki gaya berjalan sehingga dapat mengurangi resiko jatuh pada lansia. Sedangkan penelitian yang dilakukan Abarghuei, Fadavi-Ghaffar, Tousi, Amini, dan Salehi (2018) menunjukkan bahwa persentase penurunan resiko jatuh 19,378 % pada kelompok lansia yang melakukan latihan *Cawtrone-Cooksey*. Hal ini menunjukkan bahwa latihan *Cawthorne-Cooksey* meningkatkan keseimbangan bahkan pada lansia.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik memberikan dan melakukan pembinaan pada lansia kepada keluarga Ny. U dan di dokumentasikan dalam bentuk Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Gangguan Keseimbangan Melalui Penerapan Latihan *Cawthorne Cooksey* Di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tangah”

B. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Menjelaskan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan gangguan keseimbangan dan mampu menerapkan *Cawthorne-Cooksey Exercise* di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai melalui pembuatan karya ilmiah akhir ini, sebagai berikut:

- a) Menjelaskan hasil pengkajian dengan masalah gangguan keseimbangan pada Ny. U di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah
- b) Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah gangguan keseimbangan pada Ny. U di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah.
- c) Menjelaskan intervensi keperawatan terhadap Ny. U dengan masalah gangguan keseimbangan di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah.
- d) Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah gangguan keseimbangan pada Ny. U di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah.
- e) Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah gangguan keseimbangan pada Ny. U di Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah.

C. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Keluarga

Mendapatkan pengetahuan, solusi, serta manfaat kesehatan terhadap kesulitan keluarga dalam melakukan manajemen kesehatan pada lansia yang

mengalami gangguan keseimbangan dengan penerapan latihan *Cawthorne-Cooksey* untuk mengurangi resiko jatuh pada lansia.

2. Bagi Perawat

Sebagai pengembangan kemampuan perawat dalam hal memberikan keperawatan komprehensif dan menambah pengalaman dalam merawat lansia dengan masalah gangguan keseimbangan dengan cara menerapkan *Cawthorne-Cooksey Exercise* untuk mengurangi resiko jatuh pada lansia.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada lansia dengan masalah gangguan keseimbangan berkaitan dengan *Cawthorne-Cooksey Exercise* yang dapat mencegah jatuh pada lansia. Selain itu, hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literature bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah gangguan keseimbangan.

3. Bagi Puskesmas

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas untuk merumuskan suatu kegiatan yang sesuai dengan standar asuhan keperawatan sehingga dapat dilakukan saat posyandu lansia untuk mengurangi kejadian lansia dengan masalah gangguan keseimbangan melalui penerapan *Cawthorne-Cooksey Exercise*.