

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Struktur penduduk dunia, termasuk Indonesia, saat ini sedang menuju proses penuaan yang ditandai dengan meningkatnya jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia. Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia baik di negara maju maupun negara berkembang disebabkan oleh penurunan fertilitas, mortalitas dan peningkatan usia harapan hidup (Anjelina, 2022). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memprediksi bahwa antara tahun 2015 dan 2050, proporsi pertumbuhan populasi lansia dunia akan meningkat dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Menurut data penduduk lanjut usia yang dirilis Badan Pusat Statistik pada tahun 2016, jumlah penduduk lanjut usia berusia 60 tahun ke atas di Indonesia sebanyak 22.630.882 meningkat menjadi 31.320.066 pada tahun 2022 dan semakin meningkat pada tahun 2035 menjadi 40 juta jiwa (Kemenkes, 2016). Menurut Kemendagri (2021), Jawa Timur menjadi provinsi dengan penduduk lansia terbanyak nasional, yakni mencapai 5,98 juta jiwa. Sumatera Barat menduduki peringkat ke-10 mengungguli Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 674.709 jiwa. Sementara itu, penduduk lanjut usia di Kota Padang sebanyak 72.889 pada tahun 2022 (BPS Kota Padang, 2022).

Indonesia merupakan salah satu negara yang akan memasuki struktur penduduk menua, karena proporsi penduduk lanjut usia (lansia) telah

mencapai 9,9% dari total penduduk dan diperkirakan akan meningkat dua kali lipat menjadi 15,77% pada tahun 2035 (BPS, 2021b). Peningkatan ini sejalan dengan angka harapan hidup (AHH) Indonesia yang terus meningkat dari 71,1 pada tahun 2020 dan diproyeksikan mencapai 72,4 pada tahun 2035 (Kemenkes RI, 2019). Struktur populasi menua ini, selain menjadi tanda keberhasilan negara dalam pembangunan manusia (gizi, sanitasi, kemajuan teknologi medis, peningkatan tingkat pelayanan kesehatan dan pendidikan) juga menjadi tantangan dalam menjaga kualitas hidup lansia (Kemenkes RI, 2019).

Lansia adalah orang yang sistem biologisnya mengalami perubahan struktural dan fungsional yang mempengaruhi status kesehatannya. Konsep status kesehatan masuk ke dalam tiga domain utama, yaitu fungsi fisik, psikologis (kognitif dan afektif) dan sosial. Saat memasuki usia lanjut, manusia mengalami beberapa kemunduran dan kelemahan. Akumulasi defisit pada lansia seperti kelemahan otot, gangguan keseimbangan dan abnormalitas muscular mengakibatkan menurunnya kemampuan mobilitas dan keseimbangan yang dapat menyebabkan jatuh pada lansia dan kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Semakin banyaknya jumlah lansia, maka semakin banyak juga permasalahan yang akan timbul pada lansia. Salah satu permasalahan yang sering terjadi pada lansia adalah jatuh. Menurunnya kemampuan fisik pada lansia mengakibatkan lansia rawan mengalami kejadian jatuh (Arianda, 2014).

Jatuh adalah salah satu penyebab utama cedera fatal dan nonfatal pada orang berusia ≥ 65 tahun (Wijayanti et al., 2019). Menurut survei yang dilakukan di Amerika Serikat, 30% orang berusia di atas 65 tahun jatuh lebih dari sekali dalam setahun. Separuh dari kasus ini mengalami jatuh berulang, hingga 5% penderita mengalami patah tulang atau memerlukan rawat inap (Farabi, 2007). Jatuh adalah penyebab cedera yang paling banyak (40,9%). Di Indonesia, tingkat cedera akibat jatuh pada usia 55 tahun adalah 49,4%, sedangkan tingkat cedera akibat jatuh pada usia di atas 65 tahun adalah 67,1% (BPS Sumbar, 2021).

Jatuh dan gangguan gaya berjalan merupakan dua hal yang saling berkaitan dimana seseorang dengan gangguan gaya berjalan secara tidak sengaja dapat menyebabkan seseorang jatuh, terluka, atau kehilangan kesadaran. Perubahan status kesehatan, perubahan kualitas hidup lansia, dan kemungkinan penyakit dapat menyebabkan lansia mengalami kesulitan berjalan yang dapat berujung pada jatuh (Ginting & Marlina, 2018). Komplikasi akibat jatuh seperti fraktur *collum femoris* merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada lansia (Bergen et al., 2016). Disamping itu akibat dari jatuh tidak hanya menimbulkan perlukaan fisik tapi juga menimbulkan masalah psikis seperti perasaan takut akan jatuh itu sendiri. Oleh karena itu gangguan berjalan dan jatuh berperan penting dalam kesehatan dan kualitas hidup para lansia (Farabi, 2007).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ramlis (2018) dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Risiko Jatuh pada

Lansia di BPPLU Kota Bengkulu Tahun 2017”, didapatkan hasil adanya hubungan antara faktor intrinsik dengan risiko jatuh. Faktor intrinsik risiko jatuh pada lansia dalam penelitian ini meliputi gangguan jantung, sistem anggota gerak, gangguan sistem saraf, gangguan penglihatan dan gangguan pendengaran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2017) didapatkan hasil adanya hubungan antara kejadian jatuh dengan perubahan fisik yang menjadi factor intrinsik pada lansia. Faktor instrinsik yang dimaksud dalam penelitian ini adalah perubahan penglihatan, gangguan pendengaran dan gangguan neuromuscular. Sedangkan faktor ekstrinsik yang berhubungan dengan kejadian jatuh pada lansia yaitu penggunaan alat bantu berjalan dan lingkungan.

Lansia yang mengalami jatuh dan tidak terdeteksi dalam jangka waktu yang lama akan membawa banyak konsekuensi yang mungkin terjadi. Terdapat beberapa pemeriksaan dapat digunakan untuk memeriksa fungsi mobilitas yang dapat mendeteksi perubahan klinis penyebab seseorang mengalami ketidakseimbangan postural dan berisiko jatuh. Tidak ada alat atau instrument standar untuk mengukur mobilitas fungsional, namun berbagai alat ukur telah dikembangkan untuk mengukur keseimbangan dan mobilitas. Uji fungsional tersebut antara lain *morse fall scale*, *time up and go test*, *functional reach test* dan *berg balance scale* (Suprayogi, 2022).

Time Up and Go Test (TUGT) adalah salah satu metode yang dikembangkan oleh Podsiadlo & Richardson (1991) untuk mengukur keseimbangan dan risiko jatuh. Kelebihan *time up and go test* (TUGT)

dibandingkan *morse fall scale* (MFS), *functional reach test* (FRT) dan *berg balance scale* (BBS) adalah lebih efisien, sederhana dan cepat (<3 menit), sensitive untuk mengidentifikasi risiko jatuh pada lansia pasca fraktur *hip joint*, alat yang digunakan mudah didapatkan (kursi, stopwatch, meteran), dapat mendeteksi adanya kelainan sendi pada lansia dan cocok digunakan untuk memprediksi jatuh pada lansia dengan gangguan keseimbangan postural dinamis akibat proses pergerakan tubuh. *Time Up and Go Test* (TUGT) telah terbukti dapat digunakan sebagai alat ukur yang akurat sebagai skrining risiko jatuh pada orang dewasa yang lebih tua (Ginting & Marlina, 2018; Nursalam et al., 2009; Utomo & Takarini, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ginting dan Marlina (2018) yang berjudul “Hubungan Tes *Timed Up and Go* dengan Frekuensi Jatuh pada Lansia” didapatkan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara TUGT dengan frekuensi jatuh pada lansia. Hasil penelitiannya juga menyatakan bahwa TUGT bisa dijadikan sebagai alat ukur untuk melihat mobilitas, gaya berjalan dan keseimbangan sehingga dapat menjadi alat skrining awal untuk mencegah jatuh, memperbaiki produktifitas hidup pada lansia dan menghindari berbagai komplikasi yang ditimbulkan dari kejadian jatuh. Pada penelitian ini, lansia yang memiliki waktu tes lebih dari 14 detik, semuanya memiliki riwayat jatuh dalam satu tahun terakhir.

Karakteristik responden pada penelitian ini meliputi jenis kelamin, usia, riwayat penyakit, riwayat jatuh dan alat bantu berjalan diukur

menggunakan kuesioner demografi yang diadopsi dari penelitian Wamaulana (2019). Sedangkan pengukuran risiko jatuh menggunakan instrument pengukuran risiko jatuh yang diadopsi dari penelitian Podsiadlo & Richardson (1991). Instrument pengukuran risiko jatuh berisikan beberapa tindakan dari *time up and go test* yang dilakukan dengan meminta lansia duduk di kursi dengan sandaran. Ketinggian kursi disesuaikan dengan tinggi badan lansia. Lutut ditekuk 90 derajat dan lengan dalam keadaan istirahat. Kemudian lansia berdiri, berjalan 3 meter (10 kaki), berputar 180 derajat, lalu kembali ke kursi dan duduk bersandar kembali. Waktu diukur dengan stopwatch dari awal berdiri sampai duduk bersandar kembali. Saat berjalan, dapat menggunakan alas kaki atau tanpa alas kaki, dengan atau tanpa alat bantu, namun tidak boleh dibantu oleh orang lain. Komponen rotasi TUGT 180° digunakan untuk mengidentifikasi kesulitan rotasi pada orang berusia 65 tahun ke atas. Kemampuan rotasi dikaitkan dengan peningkatan risiko jatuh dan patah tulang paha (Utomo & Takarini, 2009).

Di Indonesia, lansia yang tinggal di komunitas mengalami jatuh sekitar 30% pertahun. Tingkat jatuh lansia yang tinggal di komunitas meningkat dari 25% pada usia 70 tahun menjadi 35% setelah usia 75 tahun. Salah satu penyebab utama jatuh adalah gangguan berjalan (Noorratri et al., 2020). Sekitar 30% orang berusia 65 tahun ke atas yang tinggal di rumah atau komunitas dilaporkan mengalami jatuh, sebagian dari mereka yang jatuh mengalami jatuh berulang. Lansia yang tinggal di

rumah jatuh sekitar 50% dan membutuhkan perawatan di rumah sakit sekitar 10-25% (Fristantia et al., 2016).

Berdasarkan data yang diperoleh Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2023, jumlah penduduk lanjut usia terbanyak pada tahun 2023 berada di Belimbing yaitu sebanyak 5.749 jiwa. Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak Puskesmas Belimbing diketahui bahwa belum pernah dilakukan penelitian mengenai risiko jatuh pada lansia. Setelah dilakukan studi pendahuluan pada 10 orang lansia di Puskesmas Belimbing pada tanggal 7 Juni 2023 didapatkan bahwa 6 orang lansia menderita diabetes mellitus, 6 orang lansia menderita hipertensi, 3 orang lansia menderita stroke, 1 orang lansia menderita katarak, 3 dari 10 lansia menggunakan alat bantu berjalan, 2 dari 10 lansia mengatakan nyeri di bagian tungkai ketika berjalan dan pernah jatuh 1-2 kali dalam satu tahun terakhir.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang **“Gambaran Risiko Jatuh pada Lansia Menggunakan Time Up and Go Test di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023”**.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran risiko jatuh pada lansia menggunakan *time up and go test* di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran risiko jatuh pada lansia menggunakan *time up and go test* di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi frekuensi lansia berdasarkan usia di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023
- b. Diketuainya distribusi frekuensi lansia berdasarkan jenis kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023
- c. Diketuainya distribusi frekuensi lansia berdasarkan riwayat penyakit di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023
- d. Diketuainya distribusi frekuensi lansia berdasarkan riwayat jatuh di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023
- e. Diketuainya distribusi frekuensi lansia berdasarkan penggunaan alat bantu berjalan di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023
- f. Diketuainya distribusi frekuensi lansia berdasarkan jenis alat bantu berjalan di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023
- g. Diketuainya gambaran risiko jatuh pada lansia menggunakan *time up and go test* di Wilayah kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti berharap penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan sumbangan ilmu sebagai tambahan pengetahuan khususnya bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas tentang gambaran risiko jatuh pada lansia menggunakan *time up and go test* di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperluas dan meningkatkan wawasan peneliti mengenai gambaran risiko jatuh pada Lansia menggunakan *time up and go test* dan menggunakan metode yang lain di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023.

3. Manfaat Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dan sebagai tambahan informasi bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Belimbing mengenai risiko jatuh pada lansia untuk mencegah terjadinya komplikasi yang dapat ditimbulkan jika lansia terjatuh.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai gambaran risiko jatuh pada lansia menggunakan *time up and go test* di Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Tahun 2023.