

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. LATAR BELAKANG

WHO menyatakan lanjut usia (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Pada tahun 2013, secara global proporsi dari populasi penduduk berusia lebih dari 60 tahun adalah 11,7% dari total populasi dunia dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Sedangkan menurut Wilkinson (2016) dalam *fundamental of nursing* menyatakan secara jelas bahwa lansia merupakan tahapan dimana individu berada pada usia tertentu yaitu usia antara 65 sampai 74 tahun dikategorikan sebagai lansia awal (*young old*), usia 74 sampai 84 tahun kategori lansia pertengahan (*midlle old*) dan usia 85 tahun atau lebih disebut lansia akhir (*old old*).

Seiring bertambahnya usia seseorang akan berdampak pada peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH). Meningkatnya usia harapan hidup menandakan populasi lansia yang juga kian meningkat. Pada tahun 2017, jumlah penduduk berusia 60 tahun atau lebih yaitu sebanyak 962 juta di seluruh dunia, dan diperkirakan terus mengalami peningkatan yaitu sebanyak lebih dari dua kali lipat pada tahun 2050 dan lebih dari tiga kali lipat pada tahun 2100, sehingga menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050 dan 3,1 miliar pada tahun 2100 (*Department of Economic and Social Affairs in United Nations, 2017*).

Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa atau sekitar 9,03% dari jumlah penduduk keseluruhan. Diprediksi bahwa Indonesia akan mengalami *aging population* atau populasi lansia yang semakin banyak karena setiap dekade akan mengalami peningkatan, yaitu tahun 2020 (27,08 juta), 2025 (33,69 juta), 2030 (40,95 juta) dan 2035 (48,19 juta). Sementara itu, jumlah penduduk lansia untuk provinsi Sumatera Barat pada tahun 2017 sebanyak 9,25% dari seluruh penduduk lansia Indonesia sehingga menduduki peringkat keenam (Kemenkes RI, 2017).

Meningkatnya jumlah lansia akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan baik sosial, ekonomi, maupun kesehatan. Ditinjau dari aspek kesehatan, dengan bertambahnya usia fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan) sehingga banyak penyakit muncul pada usia lanjut. Seiring pertambahan usia akan terjadi penurunan elastisitas dari dinding aorta. Pada lansia umumnya juga akan terjadi penurunan ukuran dari organ-organ tubuh tetapi tidak pada jantung. Hal ini nantinya akan berhubungan dengan kelainan pada sistem kardiovaskuler yang akan menyebabkan gangguan pada tekanan darah (Fatimah, 2010)

Lansia mengalami banyak perubahan secara biologis pada sel-sel tubuh hingga ke semua organ tubuh yang dapat menyebabkan penurunan kapasitas fisik dan mental secara bertahap, meningkatnya risiko penyakit dan berakhir pada kematian. Masalah kesehatan fisik yang sering terjadi pada lansia diantaranya yaitu kejadian jatuh pada lansia. Menurut Kane, Ouslander dan Abras (dalam Tri, 2015) masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia

adalah *incontinence*, depresi, penurunan daya tahan tubuh, *instabilitas* yang terdiri dari berdiri dan berjalan yang tidak stabil atau mudah jatuh. Risiko jatuh merupakan peningkatan kerentanan untuk jatuh yang dapat menyebabkan bahaya fisik bahkan dapat menyebabkan kematian (De Costa, dkk, 2015).

Jatuh karena penuaan menduduki peringkat ke lima yang menyebabkan kematian pada lansia. Jatuh dapat menyebabkan cedera yang serius, satu per sepuluh dari kejadian jatuh pada lansia menyebabkan cedera yang serius, seperti tulang pinggul atau cedera kepala. Kejadian jatuh yang dialami oleh lansia berdampak pada psikologis, sosiologis serta emosional lansia itu sendiri. Menurut Stanley & Beare (2007), jatuh dapat menyebabkan berbagai jenis cedera dan kerusakan fisik dan psikologis. Dampak psikososial yang terjadi setelah jatuh yaitu berupa kecemasan, hilang rasa percaya diri, menarik diri dari kegiatan sosial, pembatasan dalam kegiatan sehari-hari, sindroma setelah jatuh, fobia jatuh, hilangnya pengendalian kemandirian, depresi, perasaan rentan dan rapuh, perhatian tentang kematian dan keadaan menjelang ajal, menjadi beban keluarga dan teman-teman serta memerlukan institusionalisasi (Stanley & Beare , 2007).

Banyak faktor yang berperan terjadinya jatuh pada lansia, beberapa faktor tersebut diklasifikasikan menjadi 2, yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik terdiri dari jenis kelamin, status psikologi (ketakutan akan jatuh, depresi, ansietas), penurunan kekuatan otot, keseimbangan, fungsi penglihatan yang terganggu, atau fungsi kognitif. Faktor ekstrinsik yaitu faktor

dari lingkungan yang dapat menyebabkan risiko jatuh pada lansia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hutomo (2015) menyatakan bahwa kejadian jatuh lansia berdasarkan tempat kejadian terdiri dari : di dapur sebanyak 8 lansia (18%), di kamar mandi sebanyak 7 lansia (16%), di halaman rumah sebanyak 7 lansia (16%), dan di kamar tidur sebanyak 4 orang (0,9%).

Lingkungan rumah merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keseimbangan dan berkontribusi pada risiko jatuh. Lingkungan yang ada di dalam maupun di luar rumah bisa menyebabkan lansia jatuh. Faktor lingkungan terdiri dari penerangan yang kurang, benda-benda dilantai (seperti tersandung karpet), peralatan rumah yang tidak stabil, tangga tanpa pagar, tempat tidur dan toilet yang terlalu rendah. Penilaian keamanan, bahaya dan modifikasi lingkungan rumah sangat penting untuk mengurangi kejadian jatuh pada lansia (Costello & Edelstein, 2008; Gillespie *et al.*, 2012; Kamei, Kajii, Itoi, Kozakai, & Niino, 2010; Newton, 2006).

Dalam penelitiannya Anggraini (2017) menyatakan bahwa lebih dari separuh yaitu 50,6% lansia terjatuh akibat lingkungan rumah. Hampir setengah dari semua kejadian jatuh pada lansia terjadi di rumah saat melakukan aktifitas sehari-hari, dengan sekitar 15% dari semua kecelakaan terjadi di kamar mandi dan tangga. Dua area ini yang paling banyak menyebabkan cedera pada lansia jika dibandingkan dengan area lainnya (*Assembly of First Nations, Environmental Stewardship Unit*, 2009). Latihan fisik dan keseimbangan perlu diberikan pada setiap lansia karena berdasarkan

penelitian yang dilakukan Jeon, et al (2017) ditemukan banyak yang mempengaruhi terkait fisik lansia dalam risiko jatuh. Seperti : ROM, fleksibilitas tulang belakang, karakteristik otot dan sendi memegang peranan penting. Lansia yang tidak pernah jatuh memiliki kekuatan otot yang lebih di bagian ekstremitas bawah, yang akan membantu menopang tubuh lebih baik. Sedangkan lansia yang pernah jatuh ditemukan memiliki otot pada ekstremitas bawah lebih rendah yang mempengaruhi performa stabilitas tubuh yang pada akhirnya menyebabkan jatuh.



Program intervensi latihan fisik untuk lansia telah terbukti efektif untuk mencegah jatuh (Hong Kong Journal of Occupational Therapy, Chang, *et al*, 2011). Salah satu dari latihan fisik adalah senam kaki. Senam kaki dapat meningkatkan aliran darah dan memperlancar sirkulasi darah, hal ini membuat lebih banyak jala-jala kapiler terbuka sehingga lebih banyak reseptor insulin yang tersedia dan aktif (Soegondo, 2009). Senam kaki bertujuan untuk memperbaiki sirkulasi darah sehingga nutrisi ke jaringan lebih lancar, memperkuat otot-otot kecil, otot betis, dan otot paha serta mengatasi keterbatasan gerak dan sendi yang biasa dialami oleh pasien diabetes mellitus (Wibisono, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Margareta (2016) senam kaki diabetes efektif membantu menurunkan risiko jatuh pada lansia DM dengan presentasi 17,68 % dengan memberikan latihan senam selama seminggu 2 kali secara rutin selama 4 minggu.

Perawatan lanjut usia bertujuan mempertahankan kesehatan dan kemampuan lanjut usia dengan jalan perawatan peningkatan kesehatan

(promotif), pencegahan penyakit (preventif) serta mampu mempertahankan dan membesarkan semangat hidup mereka. selanjutnya perawat menolong dan merawat lanjut usia yang menderita penyakit dan gangguan tertentu (DepkesRI , 2010). Profesi perawat berperan penting dalam meningkatkan kesadaran akan risiko jatuh pada lansia (Whithney, Alghwiri & Alghadir, 2016).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh mahasiswa Peminatan Gerontik Profesi Keperawatan UniversitasAndalas di RW II Kelurahan Lolong BelantiKecamatan Padang Utara Tahun 2018 pada tanggal 06 - 07 Agustus 2018 ditemukan bahwa keluarga Tn.R dengan masalah risiko jatuh, belum mengetahui tentang risiko jatuh, pencegahan jatuh serta manfaat senam kaki DM untuk mengatasi keterbatasan gerak sendi yang dapat berisiko jatuh pada lansia. Oleh sebab itu mahasiswa merasa perlu memberikan dan melakukan pembinaan kepada keluarga Tn.R Apabila risiko jatuh ini tidak dicegah dengan baik, maka ini bisa menyebabkan jatuh yang berulang, penurunan kualitas hidup, kecacatan, serta kematian pada lansia. Berdasarkan hal tersebut, perlu diberikan intervensi untuk pencegahan jatuh pada Tn.R dengan salah satu latihan jasmani yaitu senam kaki.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan pembinaan lansia tersebut dan di dokumentasikan dalam sebuah laporan ilmiah akhir yang berjudul”Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Tn.R Dengan Kasus Risiko Jatuh Serta Penerapan Latihan Senam Kaki Di Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara Tahun 2018”

## B. TUJUAN

### 1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan risiko jatuh pada lansia yang berada di RW II/ RT IV Kelurahan Lolong belanti kecamatan padang utara Padang tahun 2018.

### 2. Tujuan Khusus

- a) Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah risiko jatuh di RW II/ RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara
- b) Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah risiko jatuh di RW II/ RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara
- c) Menjelaskan intervensi keperawatan terhadap lansia dengan masalah risiko jatuh di RW II/RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara
- d) Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah risiko jatuh di RW II/RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara
- e) Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah risiko jatuh di RW II/RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara
- f) Menjelaskan analisa kasus dengan masalah risiko jatuh di RW II/ RT IV Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara



## C. MANFAAT PENELITIAN

### 1. BAGI PENELITI

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman peneliti dalam merawat lansia dengan masalah risiko jatuh dengan cara menerapkan senam kaki

### 2. BAGI PENDIDIKAN

- a) Memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada lansia dengan masalah risiko jatuh dengan senam kaki yang dapat mencegah kejadian jatuh pada lansia.
- b) Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah risiko jatuh yang berkaitan dengan senam kaki

### 3. BAGI PELAYANAN KEPERAWATAN

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dalam membuat suatu kebijakan untuk meningkatkan standar asuhan keperawatan terhadap lansia yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan risiko jatuh dengan cara menerapkan latihan senam kaki.

