

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. LATAR BELAKANG

Indonesia memiliki jumlah lansia yang di perkirakan mencapai 24,7 juta jiwa atau 9,3 persen dari jumlah penduduk berdasarkan proyeksi BPS pada tahun 2015, sedangkan berdasarkan data Susenas 2016, jumlah lansia di Indonesia mencapai 22,4 juta jiwa atau 8,69 persen dari jumlah penduduk Indonesia. Pada tahun 2009 hasil Survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) mendapatkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2009 mencapai 19,32 juta orang (8,37%) dari total seluruh penduduk Indonesia.

Menurut World Health Organisation (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya dimana ada pada usia tertentu, yang dikategorikan sebagai berikut: lansia awal (*young old*) antara 65 sampai 74 tahun, lansia pertengahan (*middle old*) antara 75 sampai 84 tahun dan lansia akhir (*old old*) 85 tahun atau lebih (Miller, 2012). Menjadi lansia atau menjadi tua tidak bisa dihindari, karena akan terjadi pada setiap orang. Dibandingkan beberapa tahun sebelumnya terjadi peningkatan yang cukup signifikan. Ini

mengidentifikasi bahwa lansia di Indonesia memiliki peningkatan angka harapan hidup (AHH).

Peningkatan angka harapan hidup (AHH) di Indonesia merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan di Indonesia. AHH tahun 2014 pada penduduk perempuan adalah 72,6 tahun dan laki-laki adalah 68,7 tahun. Kondisi ini akan meningkatkan jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 18,1 juta jiwa (7,6% dari total penduduk). Pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa. Usia lanjut akan menimbulkan masalah kesehatan karena terjadi kemunduran fungsi tubuh apabila tidak dilakukan upaya pelayanan kesehatan dengan baik. Namun, lansia juga dapat memberikan dampak positif jika dalam keadaan sehat, aktif, dan produktif (Kemenkes, RI 2017)

Seiring dengan meningkatnya kesejahteraan dan kesehatan penduduk, Angka Harapan Hidup (AHH) juga mengalami peningkatan. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia terjadi peningkatan AHH. Pada tahun 2000 AHH di Indonesia adalah 64,5 tahun (dengan persentase populasi lansia adalah 7,18%). Angka ini meningkat menjadi 69,43 tahun pada tahun 2010 (dengan persentase populasi lansia adalah 7,56%) dan pada tahun 2011 menjadi 69,65 tahun (dengan persentase populasi lansia adalah 7,58%). Peningkatan AHH ini berarti meningkatnya populasi lanjut usia (lansia) dengan menurunnya angka

kematian (Kemenkes, 2013). Berdasarkan hasil Susenas tahun 2012 jumlah lansia di Bali 9,78% dari total seluruh lansia di Indonesia.

Pada lansia banyak sekali masalah fisik yang terjadi salah satunya yaitu jatuh (Nugroho, 2008). Jatuh merupakan masalah kesehatan serius bagi lansia, dimana jatuh adalah penyebab utama kematian dini, cedera fisik, dan keterbatasan gerak. Cedera fisik yang sering terjadi karena jatuh adalah fraktur collum femur yang dapat mengakibatkan keterbatasan gerak bahkan kematian pada lansia (Columbia, 2004). Berdasarkan survei di masyarakat AS, terdapat sekitar 30% lansia berumur lebih dari 65 tahun jatuh setiap tahunnya. Separuh dari angka tersebut mengalami jatuh berulang, lima persen dari penderita jatuh ini mengalami patah tulang atau memerlukan perawatan di rumah sakit. Selain patah tulang jatuh juga menimbulkan luka berat, dimana luka berat merupakan penyebab kematian nomor lima pada lansia (Probohuseno, 2009)

Jatuh adalah salah satu ancaman bagi lansia. Diluar negeri, satu dari tiga lansia mengalami jatuh setiap tahunnya. 1 Lebih jauh lagi, terdapat studi yang menemukan bahwa risiko jatuh adalah bahaya lansia yang paling mungkin terjadi dan cedera akibat jatuh sebagai kondisi nomor dua yang memberi dampak terburuk. Meskipun begitu, data yang sama menunjukkan bahwa risiko jatuh jugalah yang menjadi ancaman yang paling mungkin diantisipasi. Oleh karena itu, penelitian tentang jatuh pada lansia memiliki potensi baik untuk dikembangkan dalam rangka antisipasi. Jatuh pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor. Ada yang

mengelompokkannya menjadimobilitas ( mobility ), perilaku pengambilan risiko( risk taking behavior ), serta kondisi lingkungan ( physical environment ).3 Terdapat pula yangmengelompokkannya menjadi faktor internal,dari diri lansia, dan eksternal, dari luar diri lansia (Robert, 2015) .

Menurut Radebaugh, dkk (2013) faktor instrinsik merupakan berasal dari dalam tubuh lansia sendiri yaitu gangguan jantung dan sirkulasi darah, gangguan sistem anggota gerak misalnya kelemahan otot ekstremitas bawah dan kekuatan sendi, gangguan sistem susunan saraf misalnya neuropati periper, gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, gangguan psikologis, infeksi telinga, gangguan adaptasi gelap, pengaruh obat-obatan yang di pakai, vertigo, artritis lutut, sinkop, pusing serta penyakit sistemik lainnya.

Faktor eksternal ini erat kaitannya dengan kondisi bahaya pada rumah ( home hazard) . Jatuh pada lansia telah menjadi pembahasan yang luas di luar negeri. Meski begitu, kebanyakan studi tentang jatuhnya lansia di Indonesia didominasi bidang keperawatan dan membentuk pengetahuan mengenai faktor internal. Pembahasan mengenai faktor eksternal di Indonesia masih belum baik. Kondisi budaya di Indonesia yang berbeda dengan negara di luar negeri diduga akan memunculkan kekhasan kondisi rumah, termasuk pada elemen faktor eksternal risiko jatuh. Untuk itu, diperlukan studi lebih dalam mengenai faktor eksternal dari risiko jatuh. Tujuan besar dari studi ini adalah untuk menemukan

kriteria bangunan yang dapat mengurangi risiko dan dampak jatuh pada lansia (Radebaugh dkk, 2013).

Ada beberapa program latihan untuk meningkatkan keseimbangan salah satunya adalah Otago Home Exercise Programme. Otago Home Exercise Programme adalah program latihan yang mengkombinasikan latihan penguatan (strengthening), latihan keseimbangan (balance) dan program jalan. Program latihan ini didesain khusus untuk mengurangi kejadian jatuh, dengan cara meningkatkan kekuatan anggota gerak bawah, meningkatkan keseimbangan serta memberikan latihan jalan (Campbell et al, 1997). Latihan dalam Otago Home Exercise Programme menyesuaikan dengan gerakan fungsional sehari – hari sehingga juga dapat mengoptimalkan kemampuan lansia dalam melakukan gerakan fungsionalnya. Selain itu juga ada Balance Strategy Exercise yang merupakan kombinasi dari Ankle strategy exercise, Hip strategy exercise dan Stepping strategy exercise yang bertujuan untuk meningkatkan keseimbangan dengan memanfaatkan kontrol postural dalam melakukan suatu gerakan (Yuliana, 2014).

Kedua jenis program latihan tersebut dapat meningkatkan keseimbangan sehingga dapat mengurangi risiko jatuh pada lansia yang diukur dengan Timed Up and Go (TUG) Test. Pada penelitian yang dilakukan Eunjung Chung et al (2013) didapatkan hasil lansia yang mendapatkan pelatihan Otago Home Exercise Programme mengalami

penurunan risiko jatuh dengan nilai TUG Test yang awalnya 14,50 detik turun menjadi 11,80 detik yang disertai dengan peningkatan pada aspek keseimbangan, kecepatan berjalan dan panjang langkahnya. Balance Strategy Exercise berdasarkan penelitian Jennifer Nitz & Nancy Low juga menurunkan risiko jatuh dimana dari nilai awal TUG Test sebesar 12,2 detik turun menjadi 10,2 detik, selain itu juga terjadi peningkatan keseimbangan.

Berdasarkan hasil dari penelitian sebelumnya kedua latihan sama-sama dapat menurunkan risiko jatuh namun pada Otago Home Exercise Programme juga terjadi peningkatan pada aspek – aspek lain yang juga penting bagi lansia. Karena hal itulah peneliti mengatakan Otago Home Exercise Programme lebih baik daripada Balance Strategy Exercise. Karena kurangnya data penelitian yang membandingkan kedua jenis program tersebut sehingga penulis tertarik untuk menganalisa dan mengangkat judul ini dengan mengambil tempat penelitian di daerah Tabanan. (Nala, 2002)

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 6-7 November 2018 di dapatkan dari hasil observasi bahwa 4 lansia di RW VI Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara mengalami risiko jatuh dengan skor sebesar 35-50 dimana rentang tersebut bisa diinterpretasikan sebagai risiko jatuh rendah sampai risiko jatuh tinggi. Berdasarkan hasil kuesioner yang menggunakan *morse fall scale* di dapatkan hasil bahwa sebanyak 10 orang lansia (15 %) berisiko jatuh dengan tingkat risiko

rendah dan 6 orang lansia (9 %) beresiko jatuh dengan tingkat resiko tinggi.

Berdasarkan dari paparan penjelasan mengenai data resiko jatuh pada lansia di RW VI Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara serta uraian dari penerapan *Otago Exercise Program* dalam mengurangi resiko jatuh pada lansia penulis tertarik untuk mengangkat dalam karya tulis ilmiah ini.

## **B. TUJUAN**

### **1. Tujuan Umum**

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan resiko jatuh dan mampu menerapkan manajemen kasus pada lansia yang berada di RW VI Kelurahan Lolong Belanti Kecamatan Padang Utara wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang pada tahun 2018 .

### **2. Tujuan Khusus**

- a) Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah resiko jatuh di RW VI Kelurahan Lolong Balanti Kecamatan Padang Utara
- b) Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah resiko jatuh di RW VI Kelurahan Lolong Balanti Kecamatan Padang Utara
- c) Menjelaskan intervensi keperawatan terhadap lansia dengan masalah resiko jatuh di RW VI Kelurahan Lolong Balanti Kecamatan Padang Utara

- d) Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah resiko jatuh di RW VI Kelurahan Lolong Balanti Kecamatan Padang Utara
- e) Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah resiko jatuh diRW VI Kelurahan Lolong Balanti Kecamatan Padang Utara
- f) Menjelaskan analisa kasus dengan masalah resiko jatuh di RW VI Kelurahan Lolong Balanti Kecamatan Padang Utara

### C. MANFAAT

#### 1. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti dalam hal perawatankomprehensif dan menambah pengalaman dalam merawat lansia dengan masalah resiko jatuh dengan cara menerapkan *Otago Exercise Programme* pada lansia.

#### 2. Bagi Institusi Pendidikan

- a) Memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan,khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatankomprehensif pada lansia dengan masalah resiko jatuh dengan cara menerapkan *Otago Exercise Programme* pada lansia.
- b) Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagimahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan



pada lansia dengan masalah resiko jatuh dengan cara menerapkan *Otago Exercise Programme*.

3. Bagi Puskesmas

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah resiko jatuh dengan cara menerapkan *Otago Exercise Programme* pada lansia.

