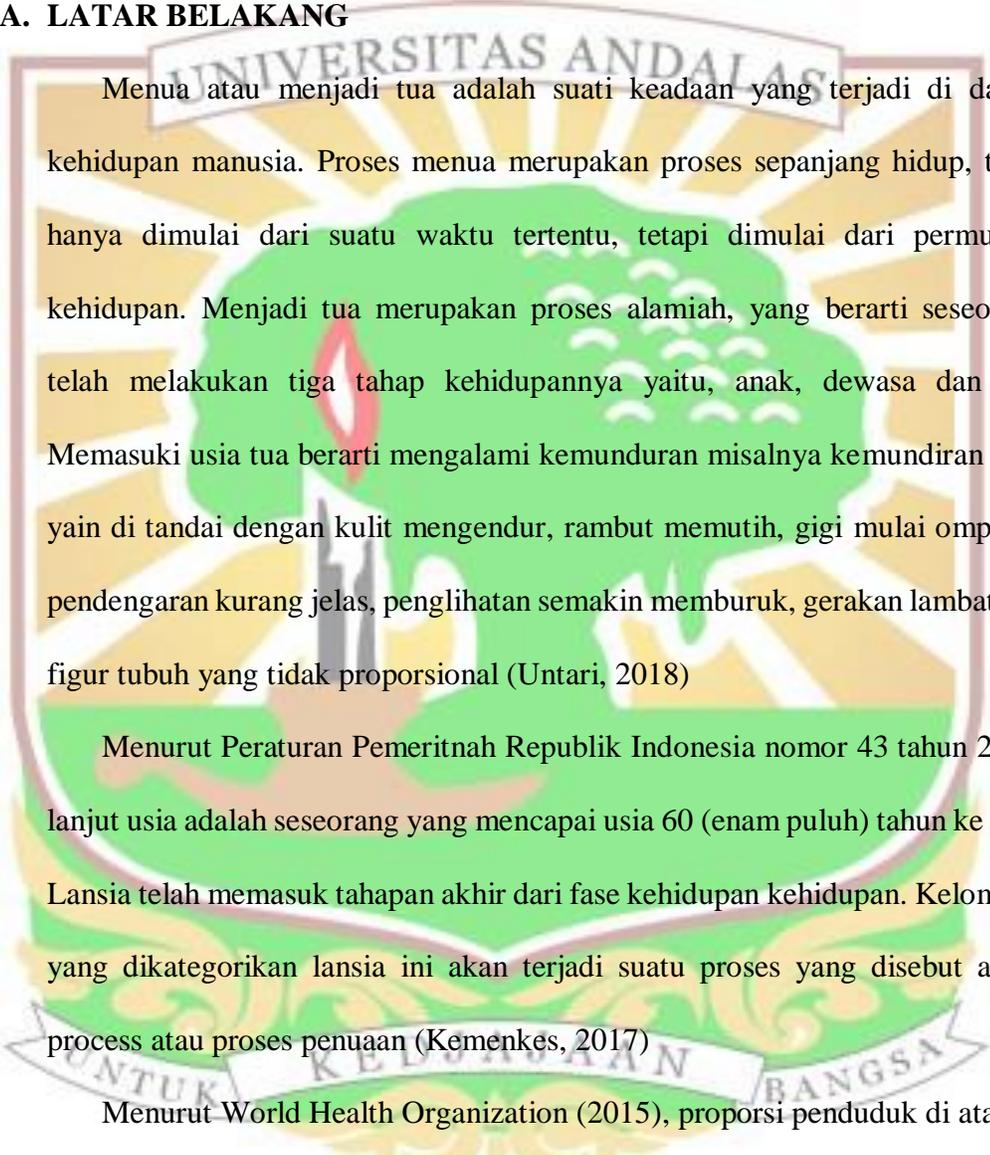


BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG



Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai dari permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti seseorang telah melakukan tiga tahap kehidupannya yaitu, anak, dewasa dan tua. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat dan figur tubuh yang tidak proporsional (Untari, 2018)

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia nomor 43 tahun 2004, lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Lansia telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupan. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut aging process atau proses penuaan (Kemenkes, 2017)

Menurut World Health Organization (2015), proporsi penduduk di atas 60 tahun di dunia tahun 2000 sampai 2050 akan berlipat ganda dari sekitar 11% menjadi 22%, atau secara absolut meningkat dari 605 juta menjadi 2 milyar lansia. Sedangkan di Amerika diperkirakan pada tahun 2050 sekitar 89 juta orang

amerika akan berusia 65 tahun ke atas yang jumlahnya melebihi dua kali lipat di bandingkan dengan jumlah orang dewasa (Ericksen, 2016). Sedangkan di Indonesia jumlah penduduk lansia pada tahun 2017 berjumlah 23,66 juta (9,03%) dan diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta) (Kemenkes, 2017)

Peningkatan jumlah lansia dikarenakan peningkatan angka harapan hidup (life expectancy), penurunan angka fertilitas (kelahiran) dan mortalitas (kematian), Proses terjadinya penuaan penduduk di pengaruhi oleh beberapa factor, misalnya peningkatan gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, hingga kemajuan tingkat pendidikan dan social ekonomi yang semakin baik.(Kemenkes,2017).

Lanjut usia akan mengalami berbagai macam masalah kesehatan yang terjadi. Masalah ini berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun serta faktor resiko terhadap penyakit pun meningkat dan berakhir pada kematian. Masalah kesehatan yang sering dialami lanjut usia adalah gangguan pendengaran, katarak, nyeri punggung dan leher, osteoarthritis,PPOK, diabetes dan depresi. Selain itu, pada lansia lanjut akan mengalami sindrom geriatri seperti inkontinensia urin, gangguan pola tidur, delirium, demensia, jatuh, osteoporosis, dan kehilangan berat badan (WHO. 2015;Health in Aging Foundation, 2017)

Masalah kesehatan fisik yang sering terjadi pada lansia diantaranya yaitu kejadian jatuh pada lansia. Menurut Tideiskaar (1989 dalam Potter & Perry, 2009) akibat perubahan fisiologis yang terjadi selama proses penuaan meningkatkan resiko klien untuk jatuh dan mengalami kecelakaan. Lansia mengalami kemungkinan jatuh di kamar tidur, kamar mandi, dapur. Kejadian jatuh paling sering terjadi saat pindah dari tempat tidur, bangku, dan toilet, ketika hendak masuk atau keluar kamar mandi, tersandung pinggiran karpet atau pintu, terpeleset pada permukaan basah dan turun tangga.

Menurut Beers & Berkow (2005 dalam Mauk 2010) di Amerika 30-50% lanjut usia mengalami cedera patah tulang pinggul akibat jatuh. Lansia yang mengalami jatuh terutama terjadi pada lansia yang pernah jatuh sebelumnya yang cenderung mengalami penurunan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Sedangkan di Indonesia prevalensi cedera pada penduduk usia lebih dari 55 tahun mencapai 22%, dimana 65% diantaranya dikarenakan jatuh (Riskesmas, 2013). Penelitian yang dilakukan Fong *et al.*(2011) melaporkan persentase lansia yang mengalami jatuh di dalam rumah sekitar 47,7%, sedangkan lansia yang mengalami jatuh di luar rumah sebanyak 52,3%.

Terdapat banyak faktor yang berperan terjadinya jatuh pada lansia baik faktor intrinsik maupun faktori ekstrinsik. Faktor instrinsik merupakan berasal dari dalam tubuh lansia sendiri yaitu gangguan jantung dan sirkulasi darah, gangguan sistem susunan saraf misalnya neuropati periper, gangguan sistem anggota gerak misalnya kelemahan otot ekstremitas bawah dan kekuatan sendi,

gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, gangguan psikologis dan gangguan gaya berjalan. Sedangkan faktor eksternal ini erat kaitannya dengan kondisi bahaya pada rumah seperti cahaya yang kurang terang, lingkungan yang asing bagi lansia, lantai yang licin, tangga yang curam dan obat-obatan. (Untari, 2018)

Akibat jatuh yang dialami lansia akan berdampak pada psikologis dan sosiologis serta emosional pada lansia. Lansia yang jatuh sering mengalami pembatasan dalam kegiatan sehari-hari, kelemahan otot, ketidakmampuan, dan risiko jatuh lebih lanjut (Rogers, *et al* 2016). Penelitian Hu *et al.* (2015) menyebutkan lansia paling banyak mengalami memar sebanyak 45,9% akibat jatuh pada bagian tubuh yang paling sering adalah kaki dan lengan. Becker (2010) menyebutkan bahwa gangguan keseimbangan dapat berakibat dalam kesulitan melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari baik secara mandiri. Oleh karena itu mempertahankan keseimbangan pada lansia menjadi hal yang penting sehingga dapat meningkatkan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari dan mengurangi dampak merugikan yang ditimbulkan.

Salah satu program latihan keseimbangan adalah dengan 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* dapat digunakan untuk meningkatkan pembentukan informasi sensorik lingkungan baru dan memiliki kemampuan

untuk meningkatkan respon keseimbangan, dan dengan demikian, mengurangi jatuh (Shumway *et al*, 2007). Tujuan Aktifitas latihan Cawthorne-Cooksey adalah merilekskan leher dan otot pundak, melatih pergerakan mata dan melatih keseimbangan (Brain & Spine Foundation, 2014).

Menurut penelitian yang telah dilakukan Abarghuei *et al* (2018) menyatakan bahwa Cawthorne-Cooksey Exercise dapat meningkatkan keseimbangan pada lansia. Selain itu Rasteh *et al* (2009) menemukan bahwa Cawthorne-Cooksey meningkatkan keseimbangan pada lansia. Sedangkan penelitian yang dilakukan Khurana, Gaur, dan Linjhara, (2015) 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 hasil survey yang telah dilakukan oleh mahasiswa praktek Peminatan Keperawatan Gerontik Universitas Andalas pada tanggal 21-22 Januari 2019 di RW 01 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tangah didapatkan data jumlah lansia berumur 60 tahun ke atas sebanyak 37 orang. Dari 37 orang di dapatkan 4 orang lansia beresiko tinggi untuk jatuh dengan ketergantungan ringan. Dari 4 orang lansia yang mengalami resiko jatuh salah satunya adalah Ny. Z dengan masalah resiko jatuh, tetapi keluarga belum mengetahui tentang resiko jatuh dan cara pencegahannya serta penerapan Cawthorne-Cooksey.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik memberikan dan melakukan pembinaan lansia kepada keluarga Ny.Z dan di dokumentasikan dalam bentuk Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “ Asuhan Keperawatan Lansia Pada Ny.Z Dengan Resiko Jatuh Melalui Penerapan *Cawthorne-Cooksey Exercise* Di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Padang Tahun 2019”

B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan resiko jatuh dan mampu menerapkan *Cawthorne-Cooksey Exercise* Di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Padang Tahun 2019

2. Tujuan Khusus

- a) Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah resiko jatuh di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Padang
- b) Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah resiko jatuh di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Padang
- c) Menjelaskan intervensi keperawatan terhadap lansia dengan masalah resiko jatuh di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tengah Padang

- d) Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah resiko jatuh di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tangah Padang
- e) Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah resiko jatuh di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tangah Padang
- f) Menjelaskan analisa kasus dengan masalah resiko jatuh di RW 01/RT 03 Kelurahan Koto Pulai Kecamatan Koto Tangah Padang

C. MANFAAT

1. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman peneliti dalam merawat lansia dengan masalah resiko jatuh dengan cara menerapkan *Cawthorne-Cooksey Exercise*.

2. Bagi Institusi Pendidikan

- a) Memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada lansia dengan masalah resiko jatuh berkaitan dengan *Cawthorne-Cooksey Exercise* yang dapat mencegah jatuh pada lansia
- b) Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literature bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada

lansia dengan masalah resiko jatuh dengan cara menerapkan

Cawthorne-Cooksey Exercise

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 *Cawthorne-Cooksey Exercise* pada lansia

