

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO) lanjut usia adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun lebih. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang disebut lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan.

Secara global pada tahun 2015 jumlah populasi penduduk dunia berumur lebih dari 60 tahun berjumlah 900 juta dan meningkat pada tahun 2020 sekitar 2 milyar dan diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup (WHO, 2015).

Data WHO menunjukkan pada tahun 2017 usia harapan hidup orang didunia adalah 72 tahun, dan di Indonesia usia harapan hidup tahun 2017 adalah 71 tahun. Jumlah populasi lansia di Indonesia juga bertambah setiap tahunnya. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik menunjukkan jumlah lansia tahun 2017 adalah 23,4 juta sekitar 8,97% dari jumlah total penduduk Indonesia, hal ini menjadikan Indonesia termasuk dalam lima besar Negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia.

Berdasarkan data dari Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat jumlah lansia yang ada di Sumatera Barat terdapat sebanyak 253.974 lansia. Fenomena

peningkatan warga usia lanjut ini akan berdampak pada semakin tingginya masalah kesehatan yang akan dihadapi baik secara biologis, psikologis, dan sosiokultural (Depkes, 2012).

Memasuki usia tua pastinya akan mengalami kondisi kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit mengendur, rambut memutih, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, serta gerakan tubuh yang tidak proporsional. Selain itu lansia juga akan mengalami kemunduran kemampuan kognitif serta psikologis, artinya lansia mengalami perkembangan dalam bentuk perubahan-perubahan yang mengarah pada perubahan negatif.

Salah satu masalah fisik yang dapat mengakibatkan kecacatan dan kematian yang sering terjadi pada lansia yang harus dicegah dan perlu mendapatkan perhatian lebih dari bidang keperawatan adalah jatuh, sebab kecelakaan dan jatuh merupakan masalah yang sering menyebabkan kecacatan, cedera, depresi, serta cidera fisik pada lansia. Karena seiring dengan bertambahnya usia, kondisi fisik, mental, dan fungsi tubuhpun pulai mengalami penurunan (Nugroho, 2012).

Jumlah kejadian jatuh pada lansia cukup tinggi, setidaknya 28%-35% orang yang berusia 60 tahun mengalami jatuh setiap tahun dan jumlah tersebut meningkat menjadi 32%-42% pada lansia berusia 70 tahun (CDC, 2007). Kejadian jatuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor internal yaitu takut jatuh.

Kejadian jatuh pada lansia semakin meningkat dari tahun ketahun. Oleh karena itu, perlu adanya usaha pencegahan terjadinya jatuh pada lansia karena apabila sudah terjadi jatuh pasti akan menyebabkan komplikasi, meskipun ringan tetap memperburuk

kondisi lansia. Setiap lansia yang jatuh dengan atau tanpa cedera, dapat mengalami rasa takut akan jatuh. Takut jatuh merupakan masalah kesehatan psikologis utama pada lansia yang juga dapat dialami pada lansia yang tidak mengalami jatuh. Penurunan mobilitas yang disebabkan oleh rasa takut akan jatuh ini akan mempengaruhi aktivitas lansia dan menyebabkan perubahan maladaptif dalam kontrol keseimbangan sehingga makin meningkatkan resiko jatuh (Paula, 2004).

Kejadian jatuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor personal yaitu takut jatuh. Terdapat beberapa faktor yang berhubungan dan menyebabkan takut jatuh salah satunya adalah orang yang memiliki resiko jatuh. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi takut jatuh yang merupakan pemicu kejadian jatuh adalah dengan melakukan upaya preventif. Takut jatuh bisa mengakibatkan pembatasan interaksi sosial dan kecemasan. Dampak adanya peningkatan angka takut jatuh adalah penurunan kemandirian lansia dalam beraktivitas sehari-hari, penurunan kualitas hidup lansia, dan penurunan interaksi sosial (Austin, 2007).

Rasa takut jatuh (*fear of falling*) adalah salah satu faktor risiko instrinsik yang memiliki pengaruh besar, bahkan lebih besar dibandingkan jatuh itu sendiri (Halter, 2009). Rasa takut jatuh diyakini sebagai bentuk trauma psikologis setelah mengalami jatuh, yang biasa disebut dengan istilah sindrom paska jatuh (*post-fall syndrome*). Sindrom ini pertama kali diketahui pada tahun 1982 oleh Murphy dan Isaac yang saat itu memperhatikan lansia setelah jatuh mengalami rasa takut yang amat kuat untuk

berjalan kaki. Akibatnya, rasa takut ini mengakibatkan hilangnya kepercayaan diri dalam melakukan aktivitas-aktivitas tertentu (Tinetti, 2003).

Lansia yang membatasi aktifitas fisik dan sosial karena takut jatuh, lebih berisiko mengalami kelemahan otot dan ketidakseimbangan (Hausdorff, 2005). Lansia dengan rasa takut jatuh akan melakukan aktifitas dengan kewaspadaan tinggi atau disertai rasa takut yang menyebabkan waktu dan kecepatan dalam melakukan aktifitas berkurang sehingga berdampak pada aktifitas sehari-hari (Gonnerman *et al*, 2012).

Menurut Kim Dalbaere, prevalensi rasa takut jatuh sebesar 29-92% terjadi pada lansia yang pernah jatuh, sedangkan sekitar 12-65% terjadi pada lansia yang tidak pernah jatuh. Pada umumnya, hal ini lebih sering terjadi pada wanita dan akan terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Rasa takut jatuh biasanya timbul karena adanya pengalaman pernah jatuh sebelumnya, dan faktor resiko yang memicu kejadian jatuh. Rasa takut akan selalu membayangi lansia terutama pada saat melakukan berbagai kegiatan aktivitas sehari-hari. Hal ini menyebabkan terjadinya penurunan aktivitas lansia (Dealbaere, 2014).

Jatuh merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada usia lanjut. Probosuseno mengatakan bahwa suatu Survei Komunitas melaporkan sekitar 30% lansia diatas 65 tahun pernah mengalami jatuh setiap tahunnya dan separuh nya pernah jatuh lebih dari sekali. Bahkan pada lansia diatas 80 tahun, sekitar 50% pernah mengalami jatuh, walaupun tidak semua kejadian jatuh menyebabkan luka atau memerlukan perawatan, tetapi kejadian luka akibat jatuh meningkat terutama pada usia diatas 85 tahun (Camila, 2017).

Jatuh sering terjadi dan dialami oleh usia lanjut. Banyak faktor berperan di dalamnya, baik faktor instrinsik dalam diri lansia tersebut seperti gangguan berjalan, kelemahan otot ekstremitas bawah, kekakuan, sinkop dan dizziness, serta faktor ekstrinsik seperti lantai yang licin dan kurang rata, terantuk benda-benda yang menghalangi, penglihatan berkurang karena cahaya kurang terang dan sebagainya (Gardner, 2000).

Jatuh dapat mengakibatkan kerusakan fisik dan psikologis. Kerusakan fisik yang paling ditakuti akibat jatuh yaitu patah tulang, seperti patah tulang panggul, pergelangan tangan, lengan atas dan pelvis. Sementara itu, dampak psikologis yang paling besar akibat jatuh adalah syok setelah terjatuh, yang mengakibatkan munculnya perasaan takut akan terjatuh lagi yang berujung pada anseitas, hilangnya rasa percaya diri, hingga menyebabkan fobia jatuh (Gardner, 2000).

Penelitian yang dilakukan Fletcher dan Hiredes menunjukkan adanya hubungan antara faktor resiko jatuh dan takut jatuh. 41,2% peserta menyatakan membatasi aktivitas mereka karena takut akan terjatuh. Jatuh merupakan penyebab utama karena aktivitas terbatas, cedera jaringan lunak maupun fraktur. Selain itu, trauma psikologis juga disebut rasa takut jatuh yang akan berkembang setelah jatuh dan mengarah pada implikasi diri pembatasan kegiatan meskipun cedera yang dialami mungkin tidak membatasi fungsional (Paula, 2004).

Studi pendahuluan telah dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluh Sicincin, terdapat 110 penghuni lansia yang terdiri dari 72 orang berjenis kelamin laki-laki dan 38 orang berjenis kelamin perempuan. Terdapat 7 penghuni lansia yang

sudah tidak bisa melakukan aktivitas (total care). Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin pada tanggal 26 Maret 2019, terdapat 70 orang lansia penghuni yang beresiko tinggi untuk jatuh dan dalam sebulan terakhir terdapat 5 lansia mengalami jatuh. Observasi lingkungan telah dilakukan disemua area yang ada dipanti seperti area teras wisma, taman, kamar tidur, kamar mandi, mushalla, permukaan jalan, dan lainnya didapatkan beberapa aspek yang dapat menyebabkan resiko jatuh pada lansia yakni tidak adanya pegangan di dalam kamar mandi, tidak adanya pembatas pada kasur, beberapa jalan yang tidak rata dan berlubang, lantai keramik yang retak dan pecah.

Hasil pemaparan studi pendahuluan dan beberapa hasil *literature review* dari beberapa jural penelitian diatas peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan resiko jatuh dengan rasa takut jatuh”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti merumuskan masalah penelitian adalah “Apakah ada hubungan antara resiko jatuh dengan rasa takut jatuh pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiko jatuh dengan rasa takut jatuh pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui tingkat rasa takut jatuh pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman.
- b. Mengetahui tingkat resiko jatuh pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman.
- c. Mengetahui hubungan resiko jatuh dengan rasa takut jatuh pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan ilmu keperawatan. Khususnya keperawatan Gerontik mengenai rasa takut jatuh pada lansia.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Panti Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi Panti Sosial untuk meningkatkan pedoman kesehatan bagi lansia serta meningkatkan pencegahan resiko jatuh.

b. Bagi Bidang Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang hubungan antara resiko jatuh dengan rasa takut jatuh pada lansia sehingga pelayanan dibidang kesehatan dapat dilakukan dengan maksimal untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dikomunitas.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi mengenai hubungan resiko jatuh dengan rasa takut jatuh serta dapat dijadikan bahan untuk penelitian selanjutnya.

