

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Salah satu bentuk dari penurunan fungsi fisiologis pada lansia adalah berkurangnya kemampuan keseimbangan (Bloom & Reenen, 2013). Gangguan keseimbangan mempengaruhi 50% dari orang dewasa berusia 65 tahun keatas. Keseimbangan yang buruk menimbulkan peningkatan resiko jatuh hingga 3 kali (Naashiruddiin et al., 2022). Resiko jatuh merupakan penyebab kematian terbesar ke dua di dunia menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2018). Menurut *centre for disease control (CDC)* jatuh menjadi penyebab utama kematian terkait cedera pada usia 65 tahun keatas (Soomar & Dhalla, 2023). Jatuh diartikan sebagai bentuk insiden yang banyak terjadi pada orang lanjut usia (lansia) dan dapat menyebabkan dampak serius seperti keterbatasan fisik, kesulitan beraktivitas, luka, terkilir, memar, gangguan pernafasan, patah tulang, perawatan medis, bahkan kematian (Sartika et al., 2023).

Orang yang memasuki usia 60 tahun keatas dapat diartikan dengan lanjut usia, yang dalam kehidupan masyarakat, bernegara, dan berbangsa memiliki hak yang sama. Menurut ((Rasyiqah, 2019), di seluruh dunia, sekitar 962 juta orang tua berusia lebih dari 60 tahun. WHO (2022) proposi penduduk di dunia meningkat 1 miliar menjadi 1,4 miliar ditahun 2020 pada orang deng umur lebih dari 60 tahun. Menurut (Badan Pusat Statistik, 2022) di 2021, Indonesia telah memasui struktur penduduk tua dengan presentase mencapai lebih dari 10%. Dengan presentase 8,56% pada usia 69-69 tahun, 2,24% pada usia 70-74 tahun dan 2,59% pada usia 75 tahun keatas. Pada

tahun 2021 presentase populasi lansia di Kabupaten Ponorogo mencapai 19,23% (BPS Kabupaten Ponorogo, 2021).

Jatuh yang dialami lanjut usia adalah bentuk dari masalah yang paling sering terjadi disebabkan adanya penurunan fisiologis pada sistem muskuloskeletal. Menurut (*World Health Organization, 2018*) didunia sekitar 28% - 35% orang dengan usia lebih dari 65 tahun jatuh setiap tahun dan sekitar 32% - 42% pada usia 70 tahun.. Di Amerika tahun 2020, 14 juta lansia mengalami jatuh, dan pada tahun 2021 total 38.742 orang meninggal karena jatuh (Kakara et al., 2023). Sedangkan, 6%-31% di Tiongkok dan 20% di Jepang lansia mengalami jatuh di tiap tahunnya. Di Indonesia menurut (Kementerian Kesehatan RI, 2018) prevelensi cedera jatuh yang dialami oleh kelompok usia 55 sebanyak 49,4%, usia diatas 65 tahun sebanyak 67,1% dan usia lebih dari 75 tahun sebanyak 78,2 %. Menurut data dari survey IFLS (*Indonesia Family Life Survey*) ditemukan hasil angka prevelensi jatuh pada masyarakat dengan usia 65 tahun keatas sebanyak 30% dan pada pasien dengan usia 80 tahun keatas sebanyak 80% setiap tahunnya. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2013, 10,40% dari total lansia di Jawa Timur mengalami kejadian jatuh. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di RT 03 Desa Bringin Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo, diperoleh data 5 orang dari 12 lansia mengalami jatuh dalam beberapa bulan terakhir.

Gangguan muskuloskeletal menyebabkan gangguan berjalan dan keseimbangan yang menyebabkan gerakan melambat, kaki lebih mudah goyah, dan kemampuan untuk mengantisipasi terpeleset menurun,

tersandung dan menurunkan respon sehingga meningkatkan risiko jatuh pada lansia (Sartika et al., 2023). Kelemahan otot ekstermitas, stabilitas postural yang kurang bentuk dari gangguan keseimbangan serta salah satu gangguan fisiologis pada salah satu indra tubuh manusia. Selain itu, faktor menua juga berperan dalam mekanisme gangguan keseimbangan (Pramadita et al., 2019). Jatuh pada lansia memiliki dampak yang sangat buruk bagi kesehatan. Hal ini terjadi karena pemulihan pasca jatuh pada lansia memakan waktu lama, sehingga meningkatkan resiko infeksi. Biasanya lansia akan merasa cemas terhadap kemungkinan jatuh lagi, sehingga menurunkan aktivitas fisik pada lansia (Jatmiko A & Leni A, 2022). Pada penelitian oleh Değer et al., (2019) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan keseimbangan yang terjadi pada pria lebih rendah dibandingkan wanita. Di perkirakan pada orang dewasa usia 65-69 tahun sekitar 13% orang melaporkan gangguan keseimbangan, dan pada usia lebih dari 85 tahun meningkat menjadi 46% (Osoba et al., 2019).

Jatuh pada lansia akan berulang tiap tahunnya ( Novandi, 2019). Lansia dengan usia 65 tahun keatas diketahui mengalami penurunan kekuatan otot, yang merupakan bagian dari fungsi keseimbangan. Lansia yang tidak mampu dalam menjaga keseimbangan menyebabkan penurunan kualitas hidup dan menjadi masalah baru. Resiko jatuh yang dialami lansia dapat menyebabkan komplikasi cedera tulang, masuk rumah sakit akibat immobilisasi, disabilitas, dan bahkan kematian. Risiko kesehatan serius yang mungkin terjadi termasuk patah tulang, kualitas hidup menurun, serta bergantung pada orang lain. (Rohima et al., 2020)

Kelemahan fisik pada lansia sangat beresiko salah satu dapat menyebabkan jatuh. Aktivitas fisik dapat dilakukan untuk meningkatkan keseimbangan tubuh dengan meningkatkan kekuatan otot pada ekstremitas bawah. Latihan keseimbangan akan meningkatkan keseimbangan fungsional dan statis sangat efektif pada lansia, latihan keseimbangan dapat meningkatkan gerak dan menurunkan atau mencegah frekuensi jatuh pada lansia (Aprilia et al., 2023). *Balance exercise* yaitu aktifitas tubuh yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan keseimbangan tubuh dan meningkatkan kekuatan eskstermitas bawah dengan *ankle strategy exercise*. *Ankle strategy exercise* yaitu latihan dengan control goyangan postural dari ankle dan kaki. Strategi ini berguna untuk mengontrol kaki pada saat berdiri tegak atau saat bergerak dengan pergerakan rentang kaki yang sangat kecil (Iswati, 2020).

Firman Allah dalam Al-Qur'an Surat Yasin ayat 68 ditafsirkan "*Yakni barangsiapa yang Kami panjangkan umurnya maka Kami akan ubah fisiknya dan Kami akan menjadikannya kebalikan dari keadaannya dia dulu yang penuh kekuatan dan kebugaran; Kami ganti kekuatan mereka menjadi kelemahan, dan Kami ganti masa muda mereka dengan masa tua*". (Zubdatut Tafsir Min Fathil Qadir / Syaikh Dr. Muhammad Sulaiman Al Asyqar, mudarris tafsir Universitas Islam Madinah). Maka, diperlukan aktivitas fisik untuk menjaga kebugaran tubuh pada lansia.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti merasa perlu dilakukan studi guna mengetahui korelasi keseimbangan dengan resiko jatuh pada lansia.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Hubungan Keseimbangan Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Posyandu Desa Bringin Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan keseimbangan dengan resiko jatuh pada lansia di posyandu Desa Bringin Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi keseimbangan pada lansia di posyandu Desa Bringin Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo.
2. Mengidentifikasi resiko jatuh pada lansia di posyandu Desa Bringin Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo
3. Menganalisis hubungan keseimbangan dengan resiko jatuh pada lansia di posyandu Desa Bringin Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti
  - a. Sebagai sarana penelitian dalam menerapkan ilmu riset keperawatan yang didapatkan di perkuliahan.
  - b. Menambah wawasan, pengetahuan dan keterampilan peneliti.
2. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sumber informasi sebagai bahan bacaan dan wawasan untuk mahasiswa dalam pemahaman mengenai hubungan keseimbangan dengan jatuh pada lansia.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

##### 1. Bagi Klinik

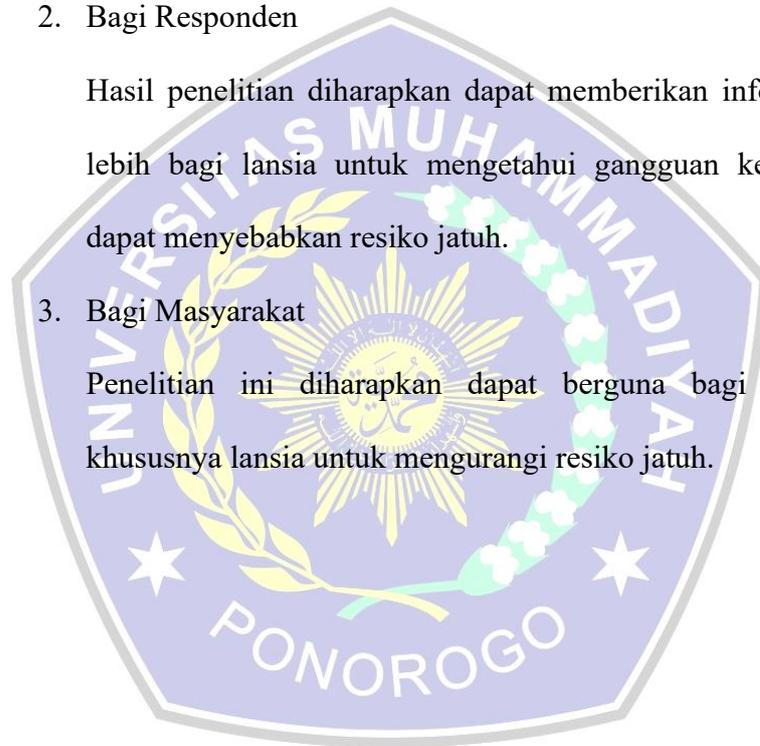
Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan agar dapat mengurangi jatuh pada lansia dan upaya pencegahannya.

##### 2. Bagi Responden

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi yang lebih bagi lansia untuk mengetahui gangguan keseimbangan dapat menyebabkan resiko jatuh.

##### 3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi Masyarakat khususnya lansia untuk mengurangi resiko jatuh.



### 1.5 Keahlian Penulis

1. Xing et al., (2023). Dalam penelitian "*Elderly people who have falls due to balance issues than affect various systems: pathogenic processes and treatment approaches*". Tujuan ini membahas epidemiologi jatuh pada lansia, mekanisme patogenik potensial yang mendasari berbagai sistem yang terlibat dalam jatuh yang disebabkan oleh gangguan keseimbangan, termasuk sistem muskuloskeletal, sistem saraf pusat, dan sistem sensorik. Jenis penelitian yang digunakan berupa korelasi dengan Uji coba terkontrol acak multisente. Persamaan penelitian pada variable yang diteliti. Perbedaan penelitian pada metode yang berupa korelasi dengan Uji coba terkontrol acak multisente sedangkan pada penelitian dilakukan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*.
2. Değer et al., (2019). Dalam penelitian "*The impact of interactions, health issues, and balance abnormalities on postural balance among older residents of a Turkish District.*" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi gangguan keseimbangan; efek dari kondisi sosiodemografi, medis, dan sosial mengenai keseimbangan postural, dan hubungan antara keseimbangan dan jatuh pada individu lanjut usia. Desain penelitian adalah cross-sectional. Sebanyak 607 lansia yang tinggal di komunitas dengan usia rata-rata  $73,99 \pm 6,6$  tahun terdaftar setelahnyadipilih melalui stratified random sampling. Penelitian ini dilakukan sebagai survei tatap muka dirumah orang lanjut usia. Data sosiodemografi dan medis diperoleh dari lansiaindividu yang

menggunakan Formulir Identifikasi Lansia. Gangguan keseimbangan ditentukan dengan menggunakan *Berg Balance Scale (BBS)*. Persamaan penelitian ini terletak pada instrument yang digunakan berupa kuesioner menggunakan *Berg Balance Scale*. Perbedaan variabel pada penelitian ini pada variabel kedua yang digunakan berupa efek dari jatuh.

3. Endiarno Novandi (2019). Dalam penelitian “Hubungan Fungsi Keseimbangan Dengan Resiko jatuh pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember”. Tujuan penelitian untuk mengetahui korelasi fungsi keseimbangan dengan resiko jatuh pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Metode yang digunakan berupa studi korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi berupa lansia yang berada di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha dengan sampel 82 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Persamaan penelitian terletak pada variable yang digunakan. Perbedaan pada penelitian ini menggunakan metode studi korelasi dengan pendekatan *cross sectional* sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*, perbedaan lain terletak pada instrument yang digunakan pada penelitian ini hanya menggunakan instrument berupa TUG (*time up to go*) sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan instrument *berg balance scale*.

4. Jatmiko A & Leni A, (2022). Dalam penelitian “Hubungan antara keseimbangan dengan risiko jatuh pada lansia penderita diabetes melitus tipe II”. Penelitian ini bertujuan untuk menambah pengetahuan tentang korelasi keseimbangan dengan risiko jatuh pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2. Penggunaan metode pada penelitian yang digunakan berupa penelitian korelasi untuk mengetahui korelasi keseimbangan dengan risiko jatuh pada lansia dengan riwayat penyakit penyerta DMT2. Persamaan penelitian jenis penelitian kuantitatif. Perbedaan terletak pada variabel ke dua dimana pada penelitian ini variabel kedua , perbedaan lain terletak pada instrument, pada penelitian ini menggunakan kuesioner TUG (*time up to go*) sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan instrument *berg balance scale*.
5. Cuevas-Trisan, (2017). Dalam penelitian “*Balance Problems and Fall Risks in the Elderly.*” Tujuan penelitian mengidentifikasi factor resiko melalui penilaian medis mendukung penyediaan intervensi yang tepat untuk mengurangi angka jatuh. Metode penelitian menggunakan meta Analisa. Persamaan penelitian terletak pada variable yang diteliti. Perbedaan penelitian terletak pada metode penelitian yang dilakukan. Pada penelitian ini menggunakan meta Analisa, sedangkan pada penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*.