

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan lansia tidak hanya didasarkan sehat atau sakitnya fisik dan psikis, namun terdapat tiga hal dalam kesehatan pada lansia, yaitu status fungsional, sindroma geriatrik, dan penyakit pada usia lanjut. Salah satu upaya untuk memelihara kesehatan pada lansia adalah dengan menjaga keseimbangan pada lansia, sedangkan untuk menjaga keseimbangan pada lansia adalah dengan mempertahankan kualitas hidup yang dimiliki lansia tersebut. Hal tersebut dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif masalah kesehatan lansia dan mempunyai pengaruh besar terhadap keseimbangan tubuh lansia. Kualitas hidup memiliki empat domain, adanya kesehatan fisik, kesehatan mental, hubungan sosial dan lingkungan. Masalah umum yang dihadapi lansia adalah fungsi berbagai organ dalam tubuh akan menurun. Penurunan fungsi ini disebabkan oleh berkurangnya jumlah dan aktivitas sel secara anatomis, asupan nutrisi yang tidak memadai, polusi dan radikal bebas, yang menyebabkan semua organ mengalami perubahan struktural dan fisiologis selama penuaan, begitu juga dengan otak yang dapat berdampak terhadap keseimbangan pada lansia (Bandia, 2018).

Menurut Adrianti (2014), PBB (Perserikatan Bangsa – Bangsa) melaporkan bahwa Usia Harapan Hidup (UHH) lansia di dunia akan terus meningkat dari tahun ke tahun hingga pada tahun 2050 diperkirakan populasinya akan mencapai 28,68%, itu berarti jumlah lansia juga akan terus

bertambah. Menurut Badan Pusat Statistik, lansia di Indonesia pada tahun 2045 diperkirakan jumlahnya akan meningkat menjadi 63,31 juta jiwa. Populasi lansia di Indonesia diprediksi akan terus meningkat sehingga Indonesia menjadi salah satu negara yang berstruktur tua (*aging population*) (BPS, 2018). Kemudian menurut Bappeda Provinsi Jawa Timur, jumlah lansia terlantar di Jawa Timur sebanyak 169.043 jiwa atau 2,83% dari total lansia di Jawa Timur (5.979.329 jiwa) (Bappeda Provinsi Jawa Timur, 2023). Jawa Timur mempunyai panti lanjut usia yang dinaungi oleh Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur, lanjut usia yang berada di dalamnya yaitu lansia yang terlantar, sehingga pemerintah menyediakan fasilitas untuk kesejahteraan lansia tersebut. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan April 2024 di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan, didapatkan data bahwa jumlah seluruh lansia sebanyak 110 orang. Hasil observasi dan wawancara terhadap 10 lansia, 6 dari 10 lansia (60%) tersebut mengalami penurunan keseimbangan yang dibuktikan dengan kejadian jatuh yang pernah dialami. Hasil wawancara terhadap 6 orang tersebut didapatkan data bahwa mereka mengaku merasa memiliki kondisi fisik yang kurang baik, kondisi psikologi yang terkadang berubah, dan juga hubungan sosial dan lingkungan yang kurang stabil.

Gangguan keseimbangan tubuh ditandai dengan adanya gejala vertigo (pusing berputar), seringkali diikuti dengan gejala mual dan muntah. Vertigo yang hebat dan mendadak dapat menyebabkan rasa cemas dan ketakutan (Muyassaroh, 2023). Selain itu, menurut Assmusen (2016), keseimbangan juga dapat menimbulkan masalah besar bagi kualitas hidup

seseorang, seperti hilangnya rasa percaya diri dalam beraktifitas karena adanya rasa takut jatuh, patah tulang, cedera kepala serta kecelakaan akibat kecenderungan jatuh. Semuanya akan mampu menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan ketergantungan seseorang dalam melakukan aktivitas kehidupan. Perawat sebagai bagian dari pemberi pelayanan kesehatan, mempunyai kewajiban untuk melakukan tindakan/ pencegahan jatuh pada lansia dengan cara meningkatkan kualitas hidup pada lansia (Darmojo, 2015).

Keseimbangan merupakan kemampuan untuk mempertahankan posisi agar tetap baik dalam kondisi statis maupun dinamis atau dapat mengendalikan gerakan dalam posisi stabil (Firdauz *et al.*, 2017). Perubahan kualitas hidup pada lansia akibat penurunan kondisi fisik antara lain kelelahan, berkeringat, gangguan tidur atau kualitas tidur, kecemasan, pusing, mudah tersinggung, dan penurunan sosialisasi dengan lingkungan sekitar (DIRSECIU, 2017). Penurunan fungsi disebabkan oleh berkurangnya jumlah dan aktivitas sel secara anatomis, asupan nutrisi yang tidak memadai, polusi dan radikal bebas, yang menyebabkan semua organ mengalami perubahan struktural dan fisiologis selama penuaan, begitu juga dengan otak. Solusi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia adalah dengan menyediakan layanan kesehatan yang berfokus pada komunitas yang mengembangkan, memelihara, dan memulihkan gerakan dan fungsi tubuh sepanjang hidup melalui peningkatan olahraga, pelatihan fungsional dengan peralatan (fisik, elektroterapi, dan mekanik), dan komunikasi (Kemenkes RI, 2015).

Hadits Riwayat Muslim menerangkan bahwa Islam menganjurkan agar seorang mukmin memiliki tubuh yang kuat, yang akan berdampak baik pada kualitas hidupnya. Imam Muslim meriwayatkan dalam hadits riwayat Muslim yaitu sebagai berikut:

Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda: *“Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah Subhanahu wa Ta’ala daripada orang mukmin yang lemah (tapi) Pada masing-masing memang terdapat kebaikan. Bersemangatlah memperoleh apa yang berguna bagimu, mohonlah pertolongan kepada Allah Azza wa Jalla dan janganlah kamu menjadi orang yang lemah”* (H. R. Muslim).

Latar belakang di atas mendasari penulis untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kualitas Hidup dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia yang Menjalani Senam di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan”.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang permasalahan di atas dapat dirumuskan permasalahan yaitu “Apakah ada hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kualitas hidup pada lansia yang menjalani senam di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
2. Mengidentifikasi keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
3. Menganalisis hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi sebagai referensi tentang hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Responden mendapatkan informasi tentang hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam.

2. Bagi Perawat

Perawat mendapatkan informasi terkait hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam.

3. Bagi Mahasiswa

Memberikan informasi untuk menambah pengetahuan dan wawasan kepada mahasiswa tentang hubungan kualitas hidup dengan keseimbangan tubuh pada lansia yang menjalani senam.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dengan masalah dan judul yang berbeda namun masih dengan topik yang sama.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Patchareeya Amput, Weerasak Tapanya, Noppharath Sangkarit, Saisunee Konsanit, Sirima Wongphon (2023). *Balance Ability and Quality of Life in Older Adult with Recovery from Mild COVID-19*. Penelitian tersebut menggunakan 80 lansia dan mengkategorikan mereka ke dalam dua kelompok berikut berdasarkan riwayat COVID-19: mereka yang tidak

memiliki COVID-19 ($n = 40$) dan mereka yang telah pulih dari COVID-19 ringan ($n = 40$). Penelitian tersebut menilai kemampuan keseimbangan peserta dan mengevaluasi kualitas hidup mereka dengan menggunakan *Short Form-36*. Hasil penelitiannya adalah dibandingkan dengan orang dewasa yang lebih tua tanpa riwayat COVID-19, mereka yang telah pulih dari COVID-19 ringan tidak menunjukkan perbedaan dalam skor ($p > 0,05$), tetapi durasi yang lebih lama secara signifikan untuk tes TUG ($p = 0,02$) dan penurunan kualitas hidup. Persamaan penelitian ini adalah sama – sama meneliti tentang keseimbangan dan kesehatan (kualitas hidup) lansia. Perbedaan dari penelitian ini adalah pada jenis penelitian, pada penelitian tersebut menggunakan instrumen penelitian *Short Form-36*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan *WHOQoL-BREF* dan *Berg Balance Scale Test*.

2. Jean Jacob, Gayatri Palat, Naina Verghese, Priya Chandran, Vineela Rapelli, Sanjeeva Kumari, Chetna Malhotra, Irene Teo, Eric Finkelstein, & Semra Ozdemir (2019). *Health-related quality of life and its socioeconomic and cultural predictors among advanced cancer patients: evidence from the APPROACH cross-sectional survey in Hyderabad-India*. Penelitian ini menggunakan metode survei *cross-sectional* terhadap 210 pasien kanker stadium lanjut di pusat kanker regional di India. Kuesioner tersebut mencakup instrumen standar untuk kesejahteraan umum (FACT-G), pengalaman nyeri (BPI), keadaan psikologis (HADS), kesejahteraan spiritual (FACT-SP); karakteristik

sosio-ekonomi dan demografi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pasien kanker stadium lanjut dalam sampel kami melaporkan kesejahteraan fisik, fungsional, emosional, sosial/keluarga, dan spiritual yang rendah, dan mengalami depresi berat. Hal ini terutama terjadi pada mereka yang memiliki tingkat kesejahteraan finansial yang rendah dan menganut agama minoritas. Perempuan yang menikah juga melaporkan kesejahteraan sosial/keluarga yang lebih rendah. Persamaan penelitian ini adalah sama – sama meneliti tentang kualitas hidup. Perbedaan penelitian ini adalah pada variabel yang diteliti, penelitian yang akan dilakukan selanjutnya menggunakan variabel terikat “keseimbangan”.

3. Amin Doosti-Irani, Saharnaz Nedjat, Sima Nedjat, Parvin Cheraghi, and Zahra Cheraghi (2018). *Quality of life in Iranian elderly population using the SF-36 questionnaire: systematic review and meta-analysis*. Metode penelitian yang digunakan adalah *systematic review and meta analysis*, dengan mencari database internasional (Medline, Scopus dan Science Direct) dan database nasional (Science Information Database, MagIran, IranMedex dan Irandoc) hingga Februari 2015. Kami memasukkan semua studi *cross-sectional* yang mengevaluasi kualitas hidup di antara populasi lansia Iran menggunakan SF-36. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan menurun seiring bertambahnya usia. Kualitas hidup lebih buruk pada perempuan dibandingkan laki-laki, terutama dalam skala peran fisik dan kesehatan umum. Lansia yang tinggal di panti jompo memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan lansia yang

tinggal di panti jompo. Jadi, pembuat kebijakan kesehatan harus merancang program komprehensif untuk meningkatkan kualitas hidup terkait kesehatan bagi populasi lansia Iran. Persamaan: sama – sama meneliti tentang kesehatan dan kualitas hidup. Perbedaan: jenis penelitian yang digunakan, penelitian tersebut menggunakan jenis *systematic review*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan jenis analitik korelasi.

4. Lavinia Maria Hoge, Bogdan Gheorghe Hoge, Laura Alexandra Nussbaum, Mirela Loredana Grigoraş, Bogdan Corneliu Andor, Codrina Mihaela Levai, Ana Cristina Bredicean (2017). *Health-related quality of life in patients with hallux valgus*. Metode penelitian yang digunakan adalah pada periode 2010–2015, peneliti merekrut 56 pasien, 35 wanita dan 21 pria, rentang usia 20 hingga 76 tahun, usia rata-rata 44,4 tahun, dengan HV (sudut radiografi HV 25-40 dan >40). Peneliti menerapkan *Visual Analogue Scales* (VAS) untuk nyeri kaki dan *Euro Quality of Life* – kuesioner kesehatan lima dimensi (EQ-5D). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik mengenai tingkat nyeri kaki pada VAS dan juga nyeri/ketidaknyamanan, mobilitas dan kecemasan/depresi pada subskala EQ-5D pada HV sebelum dan sesudah operasi. Hasilnya membuktikan peningkatan yang tinggi pada skor nyeri kaki, ketidaknyamanan, mobilitas dan kecemasan/depresi setelah operasi. Dengan jalur intervensi dan perawatan yang tepat, menunjukkan tingkat keberhasilan yang tinggi, hasil yang baik, dan peningkatan kualitas hidup pasien. Persamaan: sama

- sama meneliti tentang kualitas hidup. Perbedaan: pada penelitian tersebut adalah penelitian studi kasus dengan subyek pasien, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian analitik korelasi dengan 2 variabel penelitian.

