

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehidupan manusia terdiri dari masa embrio, bayi, anak, dewasa, dan tua, penurunan kemampuan tubuh dengan seiring bertambahnya usia dapat menyebabkan perubahan dalam kondisi tubuh lansia, seperti menurunnya jumlah sel, gangguan pada sistem pernapasan, masalah pada sistem pencernaan, serta kekurangan jaringan lemak dan kekuatan otot, semua ini dapat mempengaruhi rutinitas harian mereka (Novianti et al., 2020). Proses penuaan meliputi perubahan-perubahan fisik dan juga dapat menimbulkan perubahan psikologis, perubahan lainnya meliputi sel yang kemudian berlanjut ke semua sistem organ tubuh secara keseluruhan. Di antara perubahan tersebut adalah perubahan pada sistem pernafasan, pendengaran, penglihatan, kardiovaskular, muskuloskeletal, gastrointestinal, endokrin, urogenital, serta integumen (Lilyanti et al., 2019).

Jatuh merupakan masalah kesehatan utama bagi lanjut usia, yang dapat mengakibatkan cedera, hambatan mobilitas, dan bahkan mengakibatkan kematian (Hanifah et al., 2023). Perubahan fisik pada lansia akan mempengaruhi tingkat kemandirian. Kemandirian adalah kemampuan untuk melakukan tindakan sendiri, tidak tergantung pada orang lain, serta tidak dipengaruhi oleh orang lain, dan mampu mengelola diri sendiri atau aktivitas yang dilakukan. Kemandirian bagi lansia sangat penting dan dibutuhkan untuk mempertahankan martabat serta menjaga tingkat kesehatan mereka agar terhindar dari berbagai penyakit (Fitri, 2020).

Populasi lansia global yang berusia ≥ 60 tahun diperkirakan akan meningkat dua kali lipat menjadi (2,1 miliar) pada tahun 2050, dan diperkirakan juga terjadi peningkatan tiga kali lipat pada kelompok usia ≥ 80 tahun, antara tahun 2020 dan 2050 mencapai 426 juta orang (*World Health Organization*, 2025). Kondisi ini juga dialami Indonesia yang kini telah memasuki *ageing population*, dimana sensus tahun 2023, hampir 12% atau sekitar 29 juta orang di Indonesia tergolong lansia (Kemenkes RI, 2024). Lonjakan populasi ini beriringan dengan masalah kesehatan utama lanjut usia yaitu jatuh, yang menjadi penyebab kematian terbanyak kedua akibat cedera tak disengaja secara global, sekitar 684. 000 kejadian jatuh yang berakibat fatal terjadi setiap tahun, dengan angka kematian tertinggi pada usia di atas 60 tahun (*World Health Organization*, 2021). Data dari Kemenkes RI, di Indonesia risiko jatuh sangat tinggi sekitar 49,4% pada usia di atas 55 tahun dan menjadi 67,1% pada usia di atas 65 tahun, disebabkan oleh gangguan keseimbangan, kelemahan otot, dan penurunan kemandirian (Hidayati & Waliyanti, 2025). Berdasarkan data yang diambil peneliti di UPT PSTW Magetan pada bulan oktober 2025, di dapatkan data jumlah lansia keseluruhan berjumlah 145 orang, dengan lanjut usia laki-laki sebanyak 64 orang dan perempuan 81 orang, dengan resiko jatuh sebanyak 47 orang, tingkatan usia lanjut usia (60-74 tahun) sebanyak 81 orang, tua (75-90 tahun) sebanyak 62 orang, sangat tua (>90 tahun) sebanyak 2 orang.

Proses penuaan ditandai oleh penurunan fungsi fisiologis, psikologis, serta sosial secara bertahap, ketika usia bertambah lansia akan mengalami perubahan pada sistem muskuloskeletal, keseimbangan, dan daya tahan

tubuh yang dapat meningkatkan risiko jatuh (Luhung & Anugrahati, 2020). Secara umum, seseorang yang memasuki tahap usia lanjut akan mengalami perubahan-perubahan, perubahan ini dapat diamati melalui perubahan fisik seperti rambut, wajah, tangan, serta penurunan pada panca indra seperti penurunan penglihatan, pendengaran dan motorik, perubahan ini dapat mempengaruhi penurunan pada aktivitas sehari-hari, perubahan pada lanjut usia ini dapat menimbulkan masalah dan meningkatkan risiko jatuh pada lansia (Renrusun et al., 2022). Beberapa faktor risiko jatuh lansia yaitu faktor instrinsik dan ekstrinsik, faktor instrinsik berhubungan dengan gangguan kesehatan atau kelemahan fisik, seperti masalah saat berjalan, kelemahan otot di bagian bawah, kekakuan pada sendi, serta kemampuan kaki untuk menapak yang kurang kuat. Di sisi lain, faktor ekstrinsik kondisi lingkungan dan keadaan sosial, mencakup permukaan lantai yang licin dan tidak rata, terjatuh akibat barang-barang yang berserakan, penggunaan kursi roda yang tidak terkunci, serta pencahayaan yang buruk yang dapat menyebabkan lansia lebih rentan mengalami jatuh. Semua hal ini meningkatkan kemungkinan terjadinya kecelakaan jatuh pada lansia (Sari et al., 2019). Penyebab utama jatuh pada lansia disebabkan oleh terpeleset, tersandung dan gangguan kesehatan seperti nyeri kepala, vertigo, hipotensi orthostatic dan efek penggunaan obat-obatan, lingkungan sekitar juga dapat menyebabkan lansia jatuh, seperti barang-barang dibiarkan berserakan dapat mengakibatkan jatuh. Salah satu dampak dari penurunan fisik pada lansia terlihat pada sistem muskuloskeletal yaitu kurangnya massa otot akibat lemahnya otot-otot (Sekar Sari et al., 2019). Dampak dari kejadian

jatuh pada lanjut usia menyebabkan berbagai jenis cedera dan kerusakan baik fisik maupun psikologis. Cedera fisik yang dapat terjadi setelah jatuh antara lain adalah patah tulang pinggul, fraktur pelvis, patah tulang pada lengan atas, dan pergelangan tangan. Sementara itu, dampak psikologis yang muncul dapat membuat lansia merasa takut atau trauma terhadap kemungkinan jatuh kembali, menurunnya rasa percaya diri, dan pembatasan dalam beraktivitas sehari-hari (Sekar Sari et al., 2019). Jatuh pada lanjut usia adalah kejadian yang membawa dampak negatif, seperti keterbatasan fisik, kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, cedera seperti memar, lecet, terkilir, patah tulang, dan risiko kematian (Ahmad et al., 2024).

Upaya untuk mencegah jatuh pada lansia dapat mengidentifikasi faktor terlebih dahulu kemudian melakukan penilaian keseimbangan dan gaya berjalan setelah itu mengatur atau mengatasi faktornya dengan cara melakukan aktivitas fisik serta latihan terutama untuk memperkuat otot dan menjaga keseimbangan. Bila perlu, menggunakan alat bantu jalan seperti tongkat atau *walker* untuk menjaga lansia agar tidak terjatuh, upaya untuk memperbaiki kondisi lingkungan seperti memastikan kondisi lingkungan rumah yang aman, permukaan lantai tidak licin, pencahayaan rumah yang cukup (Kemenkes RI, 2025). Dalam ajaran agama islam, menjaga kesehatan dan keselamatan diri merupakan kewajiban yang melekat pada setiap individu karena tubuh adalah titipan dari Allah SWT yang perlu dirawat dengan sebaik mungkin. Hal ini sebagaimana diungkapkan dalam QS. Al-Baqarah ayat 195: "Dan janganlah kamu melemparkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan." Ayat ini menegaskan pentingnya menjaga diri dari hal-

hal yang dapat menimbulkan bahaya, termasuk jatuh yang dapat menyebabkan cedera atau kematian pada lansia. Latar belakang di atas mendasari penulis untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Kemandirian Dengan Kejadian Risiko Jatuh Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah "Apakah ada hubungan tingkat kemandirian dengan kejadian risiko jatuh pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan?"

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat kemandirian dengan kejadian risiko jatuh pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kemandirian pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
2. Mengidentifikasi risiko jatuh pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
3. Menganalisis hubungan tingkat kemandirian dengan kejadian risiko jatuh pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang hubungan tingkat kemandirian dengan kejadian risiko jatuh pada lansia, sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang keperawatan gerontik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman lansia tentang betapa pentingnya untuk menjaga kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga dapat mengurangi risiko jatuh dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

2. Lembaga penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan informasi mengenai hubungan tingkat kemandirian dengan kejadian risiko jatuh pada lansia. Sehingga, pihak UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dapat memaksimalkan upaya pencegahan jatuh melalui pemeliharaan sarana prasarana penunjang keamanan seperti *handrail* dan perawatan rutin terhadap alat bantu jalan yang tersedia seperti *tripod* atau *walker*, serta pendampingan program aktivitas fisik yang efektif bagi lansia.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengetahuan bagi masyarakat agar lebih meningkatkan kesadaran akan pentingnya kemandirian lansia serta perlunya pendampingan dalam aktivitas sehari-hari guna mencegah kejadian risiko jatuh, sehingga lansia dapat hidup dalam keadaan yang aman, nyaman, dan damai di lingkungan keluarga maupun masyarakat.

4. Bagi peneliti

Hasil dari penelitian ini dapat menjadi dasar pemahaman mengenai betapa pentingnya tingkat kemandirian terhadap kejadian risiko jatuh pada lansia, sehingga kualitas hidup lanjut usia menjadi lebih baik dan dapat menekan angka kejadian jatuh pada lansia.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Luh Putu Elsa Sivanna (2023). Hubungan Tingkat Kemandirian Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Harian Dengan Kejadian Jatuh Pada Lanjut Usia.

Penelitian tersebut menggunakan metode analitik korelasi dan pendekatan *cross-sectional*, dengan tempat penelitiannya berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Payangan dan UPTD Puskesmas IV Denpasar Selatan dengan total 309 lansia sebagai responden yang diambil menggunakan teknik *convenience sampling*. Untuk mengumpulkan data kemandirian, peneliti ini menggunakan kuesioner *Barthel Index*, sedangkan untuk data kejadian jatuh menggunakan

kuesioner riwayat jatuh selama satu tahun terakhir. Data tersebut kemudian dihitung menggunakan uji statistik *Fisher's Exact*. Hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kemandirian dengan kejadian jatuh pada lansia, dengan nilai *p-value* = 0,001, tercatat sebagian besar lansia termasuk kategori mandiri (95,5%) dan (83,2%) tidak mengalami jatuh dalam 12 bulan terakhir.

Persamaan dari penelitian ini adalah variabel independen yaitu Tingkat Kemandirian dengan kuesioner *Barthel Index* sebagai alat ukur untuk menentukan tingkat kemandirian. Kedua penelitian ini juga menggunakan desain *cross-sectional* dan berfokus pada populasi lanjut usia. Perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini adalah penelitian oleh Luh Putu Elsa Sivanna (2023) meneliti kejadian jatuh yang sudah pernah terjadi di lingkungan masyarakat (puskesmas) dengan besar sampel yaitu 309 lansia menggunakan teknik *convenience sampling*. Sedangkan penelitian ini peneliti berfokus pada risiko jatuh lansia yang tinggal di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dengan jumlah sampel 54 lansia, UPT PSTW ini merupakan lembaga sosial pemerintah yang menaungi lansia yang tidak memiliki keluarga atau mereka yang mengalami keterbatasan sosial dan ekonomi, untuk teknik pengambilan sampelnya menggunakan teknik *purposive sampling* agar dapat memilih responden yang sesuai dengan kriteria, dan untuk alat ukur menggunakan kuesioner *Morse fall scale (MFS)* untuk mengukur tingkat risiko jatuh pada lansia, serta menambahkan kuesioner *SPMSQ* untuk skrining fungsi kognitif lansia. Peneliti terdahulu menggunakan

uji statistik *Fisher's Exact* sedangkan penelitian peneliti menggunakan uji statistik *Chi-square*.

2. Jeqlin Florida Renrusun, Lilla Maria, dan Ach. Dafir Firdaus (2022). *Literatur Review: Hubungan Tingkat Kemandirian Activity Daily Living (Adl) Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia*.

Penelitian tersebut menggunakan desain *literature review*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kemandirian aktivitas kehidupan sehari-hari (*Activity Daily Living/ADL*) dengan risiko jatuh pada lansia, semakin tinggi tingkat kemandirian lansia, maka semakin kecil risiko jatuh yang dialami.

Persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah variabel independen dan dependen yaitu Tingkat Kemandirian dan Risiko Jatuh pada populasi lanjut usia. Perbedaannya penelitian oleh Jeqlin Florida Renrusun, dkk (2022) bersifat *literature review* tanpa data lapangan, sementara penelitian ini empiris lapangan yang dilakukan langsung pada 54 lansia di UPT PSTW Magetan, yaitu lembaga sosial pemerintah yang menaungi lansia yang tidak memiliki keluarga atau mereka yang mengalami keterbatasan sosial dan ekonomi, dari teknik sampling penelitian terdahulu menggunakan penyaringan artikel jurnal sedangkan peneliti menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Selain itu untuk instrumennya, penelitian peneliti menggunakan kuesioner *Barthel Index* untuk mengukur tingkat kemandirian, kuesioner *Morse fall scale (MFS)* untuk mengukur tingkat risiko jatuh secara lebih spesifik, serta menambahkan kuesioner *SPMSQ* untuk skrining fungsi kognitif pada

lansia, perbedaan terakhir ada pada analisis data, dimana penelitian peneliti menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

3. Wayan Super Sekar Sari, Sri Indaryati, dan Vausta Nurjanah (2019). Hubungan Tingkat Kemandirian dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Panti Werdha Darma Bhakti KM 7 Palembang.

Penelitian tersebut menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil analisis data menggunakan uji *Kendall Tau* menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kemandirian dengan risiko jatuh dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,504$ dan $p\text{-value} = 0,005$. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat ketergantungan lansia, semakin besar kemungkinan terjadinya risiko jatuh.

Persamaan dari penelitian ini adalah variabel independen dan dependen dalam penelitian yaitu Tingkat Kemandirian dan Risiko Jatuh pada lansia dan keduanya menggunakan desain penelitian *cross-sectional*. Perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian Sari, dkk. (2019) adalah dilaksanakan di Panti Werdha Darma Bhakti Palembang dengan total sampel sebanyak 31 lansia dengan teknik *total sampling*, sedangkan penelitian ini dilakukan di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan dengan 54 lansia, dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*, penelitian Sari, dkk. (2019) menggunakan kuesioner *Indeks Katz* untuk variabel tingkat kemandirian serta lembar pemantauan *Tinetti Balance and Gait* untuk variabel risiko jatuh, sedangkan peneliti mengaplikasikan kuesioner *Barthel Index* untuk

tingkat kemandirian, *Morse fall scale (MFS)* untuk risiko jatuh, serta *kuesioner SPMSQ* untuk skrining fungsi kognitif lansia, kemudian penelitian tersebut menggunakan uji *Kendall Tau*, sedangkan peneliti ini menggunakan uji *Chi-Square*.

