

NASKAH PUBLIKASI

**GAMBARAN TINGKAT RESIKO JATUH PADA LANSIA
DI PUSKESMAS SEDAYU II KECAMATAN SEDAYU BANTUL
YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana
Keperawatan di Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan,
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Oleh :

**Mulkin Waras
120100266**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2016**

GAMBARAN TINGKAT RESIKO JATUH PADA LANSIA DI PUSKESMAS SEDAYU II KECAMATAN SEDAYU BANTUL YOGYAKARTA

Mulkin Waras¹, Brune Indah Y², Anggi Napida A²

^{1,2} Prodi Ners Universitas Alma Ata Yogyakarta
Jalan Ringroad Barat Daya Tamantirto, Kasihan Bantul Yogyakarta

Intisari

Berdasarkan data dari Kementerian Sosial Republik Indonesia tahun 2010, DIY menempati angka tertinggi dengan persentase lansia 12,48%, pada tahun 2014, jumlah lansia di D.I.Y mencapai 15% secara nasional dengan usia harapan hidup 75,5 per tahun. Kejadian jatuh pada lansia di PSTW Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta pada tahun 2015, sebesar 38,5%. Lansia memiliki resiko jatuh 20-30% yang dapat menyebabkan kecacatan tinggi terkait dengan kejadian jatuh akan mengalami cedera pada lansia dan dapat mengalami hambatan mobilitas fisik dan penurunan kualitas hidup serta dapat menimbulkan kematian. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat resiko jatuh pada lansia di Puskesmas Sedayu II, Kecamatan Sedayu, Bantul, Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan rancangan observasional. Populasi dalam penelitian ini adalah 580 lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling, responden penelitian 85 lansia. Analisis data menggunakan distribusi frekuensi. Hasil dalam penelitian ini didapatkan responden lansia pada usia 60-65 tahun sebanyak 42 lansia(49,4%), sedangkan pada karakteristik jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 lansia (55,3%), dan pada tingkat resiko jatuh sebagian besar responden mengalami resiko jatuh rendah sebanyak 68 lansia. Sebagian besar responden yang berusia 60-65 tahun mengalami resiko jatuh rendah sebanyak 41 lansia (48,2%). Sedangkan sebagian besar responden yang berjenis kelamin perempuan beresiko jatuh rendah sebanyak 42 (49,4%) lansia.

Kata Kunci: Lanjut Usia, Resiko Jatuh, panti sosial

¹ Mahasiswa Universitas alma Ata Yogyakarta.

² Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta.

**THE DESCRIPTION OF ELDERLY FALL RISK LEVEL IN SEDAYU PUBLIC HEALTH CENTER , IN
SEDAYU SUB DISTRICT, BANTUL, YOGYAKARTA**

Mulkin Waras¹, Brune Indah Y², Anggi Napida A²

ABSTRACT

Based on the data from the Ministry of social Welfare Republic of Indonesia in 2010 , Yogyakarta is the highest with the percentation of the elderly 12,48%. In 2014 the number of elderly in Yogyakarta reached 15% nation wide with life expectancy in Yogyakarta 75,5 years old. The incident falls in elderly at Unit Budi Luhur Nursing Home,Kasongan Bantul Yogyakarta in 2015. was 38,5 %. Elderly who have 20-30% risk of falling that could cause high mortality. Regarding occurrence of fall in the elderly will suffer injury and will have a obstruction of physical mobility, decreased quality of life and can cause death. The aim of this study is was. To identify the elderly fall risk level in Sedayu Public Health Center 2 in Sedayu Sub District, Bantul, Yogyakarta. This reseach used descriptive quantitative method with observational design. Population in this research was 580 elderly. Sampling method applied random sampling technique toward 85 elderly. Data analysis applied univariate analysis. Result in this research showed that the majority of elderly respondents in the characteristic of 60-65 years old were as many as 42 elderly (49,4%). Based on the characteristic of sex, the majority of respondents were females as many as 47 respondents(55,3%). Based on the risk level of accidental fall, the majority of respondents had low risk level of accidental fall as many as 68 elderly. The majority of respondents who were aged 60-65 years old had low risk level of accidental fall as many as 41 elderly (48,2%). The majority of female respondents had low risk level of accidental fall as many as 42 elderly (49,4%).

Keyword : The elderly, Risk of fall, Nursing Home.

¹ Student Of Ners Study Program Of
Alma Ata University Of Yogyakarta.

² Lecturer Of Ners Study Program Of
Alma Ata University Of Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia, yang di masuk dengan lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Keberhasilan pembangunan di berbagai bidang terutama bidang kesehatan menyebabkan terjadinya peningkatan usia harapan hidup penduduk dunia termasuk Indonesia. Namun di balik keberhasilan peningkatan usia harapan hidup terselip tantangan yang harus diwaspadai, yaitu ke depannya Indonesia akan menghadapi beban tiga (*triple burden*) yaitu di samping meningkatnya angka kelahiran dan beban penyakit (menular dan tidak menular), juga akan terjadi peningkatan Angka Beban Tanggungan penduduk kelompok usia produktif terhadap kelompok usia tidak produktif¹.

Berdasarkan (*United Nations of Educational, Scientific, and Cultural Organization*) (UNESCO) tahun 2011, jumlah penduduk di kawasan Asia mencapai sebanyak 4,22 milyar jiwa atau 60% dari penduduk dunia. Negara Asia Tenggara saat ini masih dibawah level rata-rata dunia, namun pada tahun 2040 akan jauh diatas rata-rata populasi lansia di dunia¹. Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2015

sebanyak ± 255.461.686 jiwa, dengan jumlah penduduk yang tinggal di pedesaan sebanyak ± 119.018.460 jiwa (46,6%) dan yang tinggal di perkotaan sebanyak 136.443.226 jiwa. Indonesia adalah termasuk negara memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7,18%. Pada tahun 2009 jumlah lansia sebanyak 14.439.967 jiwa (7,18%) dan pada 2010 mengalami peningkatan menjadi 23.992.553 jiwa (9,77%). Sementara pada tahun 2011 jumlah lansia sebesar 20 juta jiwa (9,51%), dengan usia harapan hidup 67,4 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71,1 tahun².

Beberapa kota di Yogyakarta menempati posisi tertinggi dengan persentasi jumlah lansia di atas rata-rata nasional pada tahun 2010 jumlah lansia di Yogyakarta tersebut 12,48%, pada tahun 2014 jumlah lansia di Yogyakarta mencapai 15% secara nasional dengan usia harapan hidup di yogyakarta sebesar 75,5 tahun. Usia harapan hidup menempati peringkat tertinggi di Indonesia³.

Menurut Noorkasiani⁴ menjelaskan dalam perjalanan lanjut usia mengalami perubahan pada sistem tubuhnya. Perubahan fisiologis

pada lansia yang mengalami resiko jatuh meliputi perubahan sensori, kardiovaskuler, muskuloskeletal, neurologis, urologi, nutrisi dan penyakit akut⁵. Adanya gejala-gejala kemunduran akan menyebabkan resiko jatuh pada lansia. Gangguan berjalan dan jatuh pada lanjut usia merupakan salah satu masalah pada lanjut usia yang dimana dapat disebabkan karena kondisi kesehatan, perilaku keluarga dan lingkungan untuk lanjut usia⁶.

Berdasarkan survei di masyarakat Amerika Serikat terdapat 30% lansia berumur >65 tahun jatuh setiap tahunnya dan separuh dari angka tersebut mengalami jatuh berulang⁷. Insiden di rumah-rumah tiga kali lebih banyak dan 5% dari jatuh ini memerlukan perawatan di Rumah Sakit⁸. 20-30% dari lansia memiliki resiko jatuh yang dapat menyebabkan kecacatan tinggi terkait jatuh akan mengalami cedera pada lansia dan dapat mengalami hambatan mobilitas fisik serta penurunan kualitas hidup dan dapat menimbulkan kematian. Jatuh pada lansia di pengaruhi oleh dua faktor yaitu intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik terdiri dari *gender*, kelemahan otot, penyakit kronis dan usia, sedangkan dari ekstrinsik terdiri dari lingkungan, mengkonsumsi alkohol, narkoba, dan *desain* atau bentuk rumah⁶.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 15 januari 2016 di Puskesmas Sedayu 2 didapatkan hasil ada 10 lansia terdapat 8 lansia yang sebelumnya mempunyai riwayat jatuh. Sebelumnya penelitian melakukan wawancara dengan petugas Puskesmas Sedayu 2 belum pernah dilakukan penelitian tentang Gambaran tingkat resiko jatuh pada lansia di Puskesmas Sedayu 2. Maka dari hasil studi pendahuluan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang gambaran tingkat resiko jatuh.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimanakah tingkat resiko jatuh pada lansia di puskesmas Sedayu II Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif kuantitatif* dengan rancangan *observasional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 580 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* dengan kriteria inklusi yaitu lansia yang berumur >60 tahun, lansia yang tidak menggunakan alat bantu berjalan.

Analisa data menggunakan analisis *univariat*. Selain itu variabel tunggal dalam penelitian ini yaitu tingkat resiko jatuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini adalah lansia yang berumur >60 tahun. Secara lengkap karakteristik responden akan disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Puskesmas Sedayu II

Karakteristik	f	%
Usia		
60-65	42	49,4
66-70	22	25,9
>70	21	24,7
Total	85	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	38	44,7
Perempuan	47	55,3
Total	85	100

Pada table 1 dapat dilihat bahwa pada karakteristik usia, sebagian besar responden berusia antara 60-65 tahun yaitu sebanyak 42 responden (49,4%), sedangkan pada karakteristik jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 47 responden (55,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Tingkat Resiko Jatuh di Puskesmas Sedayu II

Tingkat Peng	f	%
Sedang	17	20,0
Rendah	68	80,0
Total	85	100

Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki

tingkat resiko jatuh rendah yaitu sebanyak 68 responden (80,0%).

Tabel 3 Crosstabulasi Karakteristik Lansia yang Beresiko Jatuh dengan Usia di Puskesmas Sedayu II

Karak. Resp	Resiko Jatuh		Total			
	Sedang	Rendah	f	%		
	f	%	f	%	f	%
Usia						
60-65	1	1,2	41	48,2	42	49,4
66-70	4	4,7	18	21,2	22	25,9
>70	12	14,1	9	10,6	21	24,7
Total	17	20,0	68	80,0	85	100

Pada tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar lansia yang berumur 60-65 tahun memiliki tingkat resiko jatuh rendah sebanyak 41 responden (48,2%) dan lansia yang berusia >70 tahun memiliki tingkat resiko jatuh sedang sebanyak 12 responden (14,1%).

Tabel 4 Crosstabulasi Karakteristik Lansia yang Beresiko Jatuh dengan Jenis Kelamin di Puskesmas Sedayu II

Karak. Resp	Resiko Jatuh		Total			
	Sedang	Rendah	f	%		
	f	%	f	%	f	%
Sex						
L	12	14,1	26	30,6	38	44,7
P	5	5,9	42	49,4	47	55,3
Total	17	20,0	68	80,0	85	100

Pada tabel 4 dapat dilihat bahwa sebagian besar lansia yang berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat resiko jatuh rendah sebanyak 42 responden (49,4%), dan lansia yang berjenis kelamin laki-laki memiliki tingkat resiko jatuh sedang sebanyak 12 responden (14,1%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 sebagian besar responden berusia antara 60-65 tahun sebanyak 42 responden (49,4%), sedangkan pada karakteristik jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 responden (55,3%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya karakteristik jenis kelamin yang mengalami resiko jatuh yaitu perempuan⁹. Menurut Pusat Statistik Kabupaten Bantul bahwa penduduk lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari jenis kelamin laki-laki yaitu 63.423 orang¹⁰.

Pada Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden lansia beresiko jatuh rendah sebanyak 68 responden (80,0%), dan lansia yang beresiko jatuh sedang 17 responden (20,0%). Hal ini sesuai dengan penelitian Rahayu⁹ karakteristik jenis kelamin yang mengalami resiko jatuh yaitu perempuan. Menurut Pusat Statistik Kabupaten Bantul bahwa penduduk lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari jenis kelamin laki-laki yaitu 63.423 orang¹⁰.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia pada usia antara 60-65 tahun sebagian besar memiliki resiko jatuh rendah sebanyak 41 responden (48,2%), sedangkan lansia yang memiliki resiko jatuh

sedang sebagian besar berusia >70 tahun sebanyak 12 responden (14,1%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dimana sebagian besar responden berada pada kategori resiko jatuh rendah¹¹. Sehingga dapat disimpulkan bahwa responden di Puskesmas Sedayu II sebagian besar memiliki resiko jatuh rendah, dalam penelitian mengatakan yang mempengaruhi resiko jatuh pada lansia adalah faktor intrinsik seperti usia, gangguan penglihatan, gangguan psikologi, gangguan kognitif, gangguan pendengaran dan gangguan mobilitas (Tabel 3).

Pada Tabel 4 menunjukkan bahwa lansia yang berjenis kelamin laki-laki sebagian besar memiliki resiko jatuh sedang sebanyak 12 responden (14,1%), sedangkan lansia yang berjenis kelamin perempuan sebagian besar memiliki resiko jatuh rendah sebanyak 42 responden (49,4%). Menurut penelitian sebelumnya mengatakan pada usia 60 tahun lansia masih beraktifitas seperti biasanya, seperti melakukan kegiatan-kegiatan lansia yang meliputi senam lansia, posyandu lansia dari pada lansia yang berusia >70 tahun¹¹. Maka dari itu lansia yang berusia 60 tahun lebih banyak yang beresiko jatuh rendah dari pada lansia yang berusia >70 tahun.

Sedangkan jenis kelamin perempuan dengan tingkat resiko jatuh rendah. Pada penelitian¹¹ lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak melakukan aktifitas sehari-hari seperti bertani, berdagang, mengikuti kegiatan untuk lansia dan lain sebagainya dari pada lansia yang berjenis kelamin laki-laki. Jatuh dapat mengakibatkan cedera dan lain sebagainya¹². Menurut Jusminar penyebab jatuh diakibatkan karena beberapa faktor yaitu sistem sensorik, sistem syaraf pusat, kognitif, dan sistem muskuloskeletal⁸.

Menurut Kurniawan faktor-faktor yang mempengaruhi resiko jatuh pada lansia ada dua yaitu intrinsik dan ekstrinsik, intrinsik antara lain penyakit jantung, gangguan sistem anggota gerak, kelemahan otot-otot dan lain sebagainya, sedangkan ekstrinsik antara lain cahaya, ruangan yang licin, ruangan yang gelap dan lain sebagainya⁶. Pada usia lanjut sering kali terjadi penurunan mobilitas fisik. Gangguan mobilitas fisik biasanya ditandai dengan gangguan motorik halus dan motorik kasar, ketidakstabilan postural, perubahan gaya berjalan, pergerakan melambat, untuk mencegah hal tersebut dapat dilakukan latihan fisik untuk meningkatkan secara signifikan keseimbangan dan mobilitas fisik lansia jika dibandingkan dengan kontrol. Hal tersebut dikarenakan

adanya interaksi yang kompleks antara sistem muskuloskeletal dengan sistem syaraf¹¹.

Jatuh terjadi ketika sistem kontrol postural tubuh gagal mendeteksi pergeseran dan tidak mereposisi pusat gravitasi terhadap landasan penopang pada waktu yang tepat untuk menghindari hilangnya keseimbangan. Keseimbangan dapat pula terganggu oleh karena adanya penyakit dan obat-obatan. Semua perubahan tersebut dapat berperan untuk terjadinya jatuh, terutama pada kemampuan untuk mencegah terjadinya jatuh manakala terpeleset atau menghadapi situasi lingkungan yang membahayakan¹². Faktor-faktor yang mempengaruhi keseimbangan antara lain pusat gravitasi, garis gravitasi, bidang tumpu¹². Faktor lingkungan terutama yang belum dikenal mempunyai resiko jatuh sebesar 31%. Faktor lingkungan yang terdiri dari penerangan yang kurang, tangga tanpa pagar, tempat tidur yang terlalu rendah, lantai yang tidak rata, licin atau menurun serta alat bantu berjalan yang tidak tepat. Sehingga faktor-faktor tersebut hendaknya diminimalisir¹³.

Simpulan

1. Sebagian besar responden berusia 60-65 tahun, dan berjenis kelamin perempuan.
2. Sebagian besar responden riwayat resiko jatuh rendah.

Daftar Rujukan

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2014. Situasi dan Analisis Lanjut Usia.
2. Badan Pusat Statistik 2015. Kebutuhan Data Ketenagakerjaan untuk Pembangunan Berkelanjutan.
3. Kementerian Sosial Republik Indonesia 2015. Kajian tentang Kota Ramah Lanjut Usia.
4. Noorkasiani. Kesehatan Lanjut Usia dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan. Salemba Medika : Jakarta. 2012.
5. Stenley. M. Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 2. EGC : Jakarta. 2007.
6. Kurniawan, A, B. 2014. Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Keluarga dengan Resiko Jatuh pada Lansia di Desa Pondok Karangnom Klaten. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
7. Farabi, A. 2007. Hubungan *Test Timed Up and Go* dengan Frekuensi Jatuh Pasien Lanjut Usia. Karya Tulis Ilmiah Fakultas Kedokteran Diponegoro Semarang.
8. Jusminar. 2013. Analisis Praktis Klinik Keperawatan Kesehatan Masyarakat Perkotaan pada Nenek G dengan Masalah Resiko Jatuh di Wisma Bubur Sasana Tresna Werdha Karya Bakti. Karya Ilmiah Akhir Ners. Depok. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
9. Rahayu, P. 2014. Hubungan Fungsi Kognitif dengan Resiko Jatuh pada Lanjut Usia di PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.
10. Badan Pusat Statistik Kabupaten Bantul. Bantul dalam Angka Bantul *in figures*: 2014.
11. Astriyana, S. 2012. Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Penurunan Resiko Jatuh pada Lansia. Naskah Publikasi. Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu

- Kesehatan Universitas
Muhamadiyah Surakarta.
12. Noviyanti, S. 2014. "*Hubungan Kekuatan Otot Quadriceps Femoris dengan Resiko Jatuh pada Lansia*". Naskah Publikasi. Surakarta. Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
13. Maryam, R, S. 2013. "*Pedoman Pencegahan Jatuh Bagi Lansia di Rumah*". Prodi Keperawatan Persahabatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III.