

GAMBARAN RESIKO JATUH PADA LANSIA YANG TINGGAL DI PANTI BOJONGBATA PEMALANG

Avi Anggreani¹, Dyah Putri Aryati²

avianggreani2@gmail.com¹, putri.ners89@gmail.com²

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRACT

Background: Increasing age often causes various disease problems, decreased function, and decreased body balance as well as the risk of falls. Falls are a problem that usually occurs in the elderly. This problem is caused by multiple factors, both external and internal to the elderly. This study aims to describe the risk of falls in elderly people living in the Bojongbata Social Services Home, Pemalang. Method: This research is a descriptive study. The data collection technique used is a total sampling technique, namely 91 elderly people. This research instrument uses the Morse Fall Scale. A questionnaire is used to predict the risk of falling. The data analysis used is univariate in a percentage frequency distribution. Results: The results of this study show that there are some characteristics of the respondents. The average age of the respondents is 71.81 years, 56.0% of them are female, the average length of stay in the Social Services Home for the Elderly is 31.48 months or 2 years 7 months, 39 elders (42.9%) are not at risk of falling, 32 elders (35.2%) are at low risk and 20 elders (22.0%) are at high risk. Conclusion: The description of the risk of falls in the elderly living in the Bojongbata Pemalang Social Services Home is found to be in the no-risk category. However, it can be seen that those at low risk and those at high risk will also be getting older day by day which has the possibility that there will be a risk of falling.

Keywords: Fall Risk, Elderly.

PENDAHULUAN

Lansia didefinisikan sebagai seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Penuaan adalah suatu proses normal dalam kehidupan manusia dan terjadi cepat atau lambat tergantung pada individu masing-masing (Pusdatin, 2018). Disebabkan oleh fakta bahwa penuaan adalah proses alami, artinya seseorang telah melalui tiga tahapan kehidupan: anak-anak, dewasa dan tua. Kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan faktor stres lingkungan adalah tanda usia tua. Penurunan kapasitas berbagai organ, fungsi, dan sistem tubuh adalah hal yang normal. Salah satu penyakit yang paling umum terjadi pada orang tua, terutama yang berkaitan dengan sistem muskuloskeletal adalah osteoporosis, rheumatoid arthritis, dan patah tulang. Ini adalah penyebab umum terjatuh pada orang tua akibat kehilangan keseimbangan atau cara berjalan. Pada orang tua, Gangguan keseimbangan postural lebih sering terjadi dan menyebabkan resiko jatuh yang lebih tinggi (Murtiyani dan Suidah, 2019).

Karena kehilangan kemampuan sendiri, lansia membuat seseorang bergantung pada orang lain, terutama keluarga. Saat ini, perubahan kesehatan fisik, sistem organ, dan sistem syaraf, serta penurunan kemampuan fisik untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Sembiring, 2021). Menurut survey penelitian Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013), jumlah kematian di Indonesia diketahui jumlah kejadian jatuh pada lansia yang berusia sekitar 60 tahun ke atas, yaitu sekitar 70,2 % sedangkan frekuensi di panti wredha yang berusia lanjut mengalami jatuh 30-50% lebih sering dari pada mereka yang tinggal di rumah (Untari, 2018). Sekitar 10% jatuh mengakibatkan cedera serius, termasuk patah tulang pinggul, patah tulang lainnya, trauma kepala, atau hematoma subdural (Bordoni, 2022).

Panti sosial mempunyai tugas memberikan bimbingan dan pelayanan bagi lanjut usia terlantar agar dapat hidup secara wajar dalam kehidupan masyarakat. Salah satu panti yang berada di wilayah Kabupaten Pemalang yaitu Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang. Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang merupakan salah satu panti yang berada dibawah naungan Dinas Sosial Provinsi, menurut informasi sekitar tahun 1960an sebelum menjadi Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia tempat tersebut bernama Pusat Pendidikan dan Pengajaran Kegunaan Tuna Netra yang artinya dahulu tempat tersebut lebih dominan kepada pelayanan Tuna Netra sehingga PPSLU Bojongbata Pemalang memiliki struktur bangunan yang khusus untuk mempermudah Tuna Netra melakukan kegiatan sehari-hari sehingga resiko jatuhnya lebih tinggi dibanding PPSLU Bisma Upakara Pemalang, dan pada PPSLU Bisma Upakara juga untuk struktur bangunannya dapat mengurangi resiko jatuh pada lansia sehingga tingkat resiko jatuh pada PPSLU Bojongbata Pemalang lebih tinggi dibanding dengan PPSLU Bisma Upakara.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 24 Januari 2023 di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang terdapat 100 lansia dengan lansia laki-laki 39 orang dan lansia perempuan 61 orang. dimana 33 lansia diruang perawatan khusus dan diantaranya 4 lansia total care. Lansia yang berada di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang merupakan lansia yang tidak memiliki keluarga, lansia yang terlantar maupun lansia yang di titipkan di Panti. Berdasarkan wawancara kepada 10 lansia yang berusia ≥ 60 tahun didapatkan data 7 lansia pernah mengalami jatuh karena lantai licin, tersandung keset, dan tersandung keramik sedangkan 3 lansia mengatakan belum pernah jatuh karena mereka jalan berhati-hati, perawat di Panti juga mengatakan beberapa lansia sering terjatuh karena hal tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah 100 lansia dan di dapatkan 91 lansia, dimana 9 lansia berusia dibawah ≥ 60 tahun yang tinggal di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Total sampling yaitu 91 lansia, Instrumen penelitian ini menggunakan Morse Fall Scale adalah kuesioner yang digunakan untuk mempredisikan resiko jatuh, Analisis data yang digunakan adalah univariat berupa distribusi frekuensi persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 6, 7, dan 10 Oktober 2023 pada 91 lansia di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang.

1. Karakteristik Lansia

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Mean	Median	Minimum	Maximum
Usia	71.81 Tahun	71.00	60	93
Lama Tinggal Di panti	31.48 Bulan	24.00	2	84
	Karakteristik		Frekuensi (n=91)	Presentase (%)
Jenis kelamin				
Laki-laki			40	44,0%
Perempuan			51	56,0%
Total			91	100,0%

Berdasarkan tabel 1. rata-rata usia responden pada penelitian ini adalah 71.81 tahun, dengan usia terendah 60 Tahun dan tertinggi 93 Tahun. karakteristik responden Jenis kelamin mayoritas (56,0%) berjenis kelamin perempuan, dan gambaran karakteristik lama tinggal di panti didapatkan rata-rata (31.48 bulan atau 2 tahun 7 bulan) dengan minimum lansia tinggal di panti selama 2 bulan dan maksimum 84 bulan atau 7 tahun.

2. Gambaran Resiko Jatuh pada Lansia.

Tabel 2. Gambaran Resiko Jatuh pada Lansia

Variabel	Frekuensi (n=91)	Presentase (%)
Resiko Rendah	32	35,2
Resiko Tinggi	20	22,0
Tidak Beresiko	39	42,8
Total	91	100

Dari tabel 2. menunjukkan bahwa hasil yang didapatkan yaitu tidak beresiko, walaupun demikian dapat dilihat bahwa yang beresiko rendah pun juga lumayan tinggi ada 32 dan yang beresiko tinggi ada 20 dan yang tidak beresiko ini pun semakin hari juga akan semakin tua dimana tidak menutup kemungkinan akan ditemukan resiko jatuh.

Tabel 3. Gambaran Resiko Jatuh pada Lansia meliputi riwayat jatuh, diagnosa sekunder, alat bantu jalan, terapi intravena, gaya berjalan/cara berpindah, dan status mental

Pengkajian	Karakteristik	Frekuensi (n=91)	Presentase (%)
Riwayat Jatuh	Tidak	60	65,9
	Ya	31	34,1
Diagnosa Sekunder	Tidak	26	28,6
	Ya	65	71,4
Alat Bantu Jalan	Tidak menggunakan apapun	56	65,9
	Bedrest/dibantu perawat	4	
	Kruk/tongkat/walker	17	18,7
	Berpegangan pada benda-benda di sekitar (kursi, lemari, meja)	14	15,4
Terapi Intravena	Tidak	91	100,0
	Ya	0	
Gaya Berjalan/Cara Berpindah	Normal	62	72,5
	bedrest/immobile (tidak dapat bergerak sendiri)	4	
	Lemah (tidak bertenaga)	10	11,0
	Gangguan/tidak normal (pincang/diseret)	15	16,5
Status Mental	Lansia menyadari kondisi dirinya	86	94,5
	Lansia mengalami keterbatasan daya ingat	5	5,5

Berdasarkan tabel 3. Menjelaskan tentang item resiko jatuh pada MFS. Hasil analisa dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki riwayat jatuh 3 bulan terakhir yaitu sebanyak 60 orang (65,9%) responden. Berdasarkan item diagnosa sekunder dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki diagnosa sekunder yaitu sebanyak 65 orang (71,4%) responden. Berdasarkan item alat bantu jalan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tidak menggunakan apapun yaitu sebanyak 56 orang (65,9%) responden. Hampir semua responden tidak sedang menjalani terapi intravena yaitu sebanyak 91 orang (100,0%) responden. Berdasarkan item gaya berjalan

atau cara berpindah dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden normal yaitu sebanyak 62 orang (72,5%) responden. Hampir semua responden memiliki status mental baik yaitu sebanyak 86 orang (94,5) responden. Hasil analisa dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang tidak memiliki riwayat jatuh 3 bulan terakhir, memiliki diagnosa penyakit lebih dari satu, berjalan dengan tidak menggunakan apapun atau normal, tidak sedang menjalani terapi intravena, gaya berjalan normal, dan status mental baik.

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Hasilnya menunjukkan bahwa usia terendah adalah 60 Tahun dan usia tertinggi adalah 93 Tahun, dengan rata-rata 71,81. Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bojongbata Pemalang, orang tua termasuk dalam kelompok lansia awal (60-70 Tahun), seperti halnya di Indonesia, dimana sebagian besar orang tua (63,65%) termasuk dalam kelompok ini (Badan Pusat Statistik, 2021). Selama sisa hidup mereka, orang tua biasanya menghabiskan sisa hidup mereka bersama orang yang mereka cintai. Kebutuhan akan tempat tinggal di mana mereka dapat bersantai dan merasakan kasih sayang orang-orang terdekat dan tersayang meningkat seiring bertambahnya usia. Namun, sedih mengetahui bahwa banyak orang tua tidak nyaman tinggal di rumah mereka sendiri bersama keluarga mereka. Sebaliknya, mereka diharuskan untuk tinggal di lingkungan Panti. Triwanti (2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah lansia Perempuan lebih banyak dibanding jumlah lansia Laki-laki. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa 54% dari populasi lanjut usia di Indonesia adalah perempuan dan 46% adalah laki-laki. (Kemenkes RI, 2016). Ini disebabkan oleh fakta bahwa perempuan memiliki jangka waktu hidup yang lebih lama dibanding laki-laki (BPS, 2015). Akibatnya, jumlah lansia perempuan lebih banyak dibandingkan jumlah lansia laki-laki, yang menunjukkan bahwa lansia perempuan memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibanding lansia laki-laki.

Hasil penelitian lama tinggal di panti menunjukkan bahwa lansia rata-rata menghabiskan 31,47 bulan atau 2 tahun 7 bulan, di panti. Menurut para peneliti, lansia yang telah lama tinggal di panti mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitar mereka. Menurut penelitian Supriani (2021), ada beberapa faktor yang menyebabkan lansia tinggal di panti. Diantaranya perubahan struktur keluarga, faktor sosialisasi lansia, faktor tidak ingin merepotkan anak, faktor tidak ada yang memperhatikan, faktor bermasalah dengan keluarga, faktor pelayanan di panti, dan lain-lain. Faktor perubahan struktur keluarga dapat disebabkan oleh banyak hal, seperti anak yang sudah menikah atau membentuk keluarga sendiri yang akan membuat orang tua hanya tinggal berdua, kehilangan pasangan hidup (meninggal), bercerai dan kurangnya kasih sayang.

2. Gambaran Tingkat Nyeri pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Metode ERACS

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 39% lansia tidak berisiko jatuh, 32,7% lansia berisiko rendah terjatuh dan 20% berisiko tinggi terjatuh. Terdapat teori yang menyatakan bahwa resiko jatuh pada lansia disebabkan oleh faktor intrinsik atau dari dalam diri sendiri. antara lain: status kesehatan kurang baik, riwayat jatuh sebelumnya, tingkat mobilitas tinggi, penurunan fungsi kognitif (Julianti et al., 2021). Sejalan dengan penelitian Lilyanti et al., (2022) dengan judul “Resiko Jatuh Pada Lansia Di Dusun Bledung Klari” hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 52,6% lansia menggunakan alat bantu, sebanyak 45,4% tidak berisiko jatuh, dan sebanyak 68% lansia bedrest, dibantu perawat, atau normal, dan lingkungan panti lanjut usia pada penelitian ini termasuk lingkungan yang aman sehingga lansia tidak berisiko jatuh.

Salah satu cara untuk mengurangi risiko jatuh adalah dengan berolahraga. Ini berdampak terhadap sistem sistem saraf, sehingga membantu menjaga fungsi kognitif pada lansia dan mempengaruhi jumlah neuron motorik perifer yang mengontrol otot kaki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa olahraga meningkatkan keseimbangan dan koordinasi secara keseluruhan, sehingga mengurangi kemungkinan terjatuh. Ketika lansia menjadi kurang aktif secara fisik, mereka berisiko lebih besar untuk terjatuh (Agustiningrum,2023). Hasil penelitian Mutiara & Savitri, (2020) yaitu faktor risiko jatuh pada lansia berasal dari faktor intrinsik yaitu yang ada pada tubuh lansia seperti penyakit kronis yang diderita, konsumsi obat-obatan dan penurunan fungsi sistem tubuh. Faktor ekstrinsik atau yang berasal dari luar tubuh lansia seperti lingkungan yang berbahaya dan penggunaan alat bantu gerak. Faktor situasional seperti kurangnya aktivitas fisik, riwayat penyakit dan kurangnya pengetahuan pada caregiver atau keluarga. Faktor intinsik lebih berisiko terhadap kejadian jatuh pada lansia karena bisa menentukan ada atau tidaknya risiko jatuh dari faktor ekstrinsik dan faktor situasional.

Faktor ekstrinsik termasuk cahaya ruangan yang kurang terang, lantai yang licin, tersandung benda-benda, alas kaki kurang pas, tali sepatu, kursi roda yang tidak terkunci, dan turun tangga. Penyebab jatuh pada lansia diantaranya adalah gangguan gaya berjalan, gangguan keseimbangan, obat-obatan, penyakit tertentu seperti depresi, demensia, diabetes mellitus, hipertensi dan lingkungan yang tidak aman (Rudy & Setyanto, 2019). Melihat dari resiko jatuh baik itu yang rendah maupun resiko tinggi jumlahnya tidak selisih banyak dimana diikuti yang tidak beresiko pun semakin bertambah usia akan semakin beresiko untuk jatuh.

KESIMPULAN

Gambaran resiko jatuh pada lansia yang tinggal di panti Bojongbata Pemalang didapatkan kategori tidak beresiko 39 lansia (42,9%), walaupun demikian dapat dilihat bahwa yang beresiko rendah dan yang beresiko tinggi semakin hari juga akan semakin tua dimana tidak menutup kemungkinan akan ditemukan resiko jatuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, R. B., Mardiyah, S., Wicaksono, D., Vioneery, D., Anggia Sari, D. H., Sinthania, D., . . . Untari, I. (2022). Pengantar Keperawatan Gerontik. Sukoharjo: CV. Pradina Pustaka Grup.
- Albyn, D. F., Making, M. A., Iswati, Selasa, P., Rusiana, H. P., Sapwal, M., . . . Anwar, K. (2022). Keselamatan Pasien dan Keselamatan Kesehatan Kerja. Bandung: CV.Media Sains Indonesia .
- Anggraini, N., Mutiasyah, W., Sari, P. N., Muoriz, Q., Runiasih, E., Wahyu P, P., . . . Repolita, J. (2022). Edukasi Keluarga dalam Pemberdayaan Lansia. Pekalongan: PT Nasya Expanding Management.
- Aspiani, R. Y. (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi NANDA, NIC, dan NOC. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Ediawati, E. (2012). Gambaran tingkat kemandirian dalam activity of daily living dan resiko jatuh pada lansia di panti sosial tresna wredha budi mulia 01 dan 03 jakarta timur (ADL)
- Julianto, E. K., Mufidah, A., & Hari Adha, E. A. (2022). Hubungan Tingkat Aktivitas Sehari-hari dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Tulung Rejo Kecamatan Trucuk Kabupaten Bojonegoro. Ilmu Kesehatan MAKIA.
- Lasriado Girsang, A. P., Ramadani, K. D., Nugroho, S. W., Sulistyowati, N. P., Putrianti, R., & Wilson, H. (2021). In Statistik Penduduk Lanjut Usia. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Lilyanti, H., Indrawati, E., & Wamaulana, A. (2019). Resiko Jatuh pada Lansia di Dusun Blendung Klari. Indogenius.
- Nindya Raian Sari, S.ST., M.Sc., Ika Maylasari, S.ST., M.Si., Freshy Windy Rosmala Dewi, S.ST., Rhiska Putrianti, S.ST., Sigit Wahyu Nugroho, S.AP., & Hendrik Wilson, S.ST.,

- S.Si., M.E. (2020). Statistik Penduduk Lansia.
- Nugroho, W. (2012). Keperawatan Gerontik & Geriatrik. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Padila. (2017). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri, D. M. (2018). Riset Keperawatan Konsep dan Aplikasi Riset dalam Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rohima, V., Rusdi, I., & Karota, E. (2019). Faktor Resiko Jatuh Pada Lansia di Unit Pelayanan Primer Puskesmas Medan Johor.
- Sarah, M., & Sembiring, E. (2021). Efektivitas Hendrich Fall Scale (HFS) dan Morse Fall Scale (MFS) dengan Penilaian Resiko Jatuh pada Lansia. *Jurnal kesdas medan*, 21.
- Sari, N. R., Maylasari, I., Rosmala Dewi, F. W., Putrianti, R., Nugroho, S. W., & Wilson, H. (2020). In *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.
- Shinta Puji Triwanti, Ishartono, & Arie Surya Gutama. (2021). Peran Panti Sosial Tresna Werdha Dalam Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Lansia.
- Widiyawati, W., & Eka Sari, D. J. (2020). Keperawatan Gerontik. Literasi Nusantara.