

GAMBARAN TINGKAT RESIKO JATUH PADA LANSIA DI KELURAHAN WINENET I KECAMATAN AERTEMBAGA KOTA BITUNG

Rivolta Musak¹, Grace Merentek², Sevira Bakary³, Ever Lontaan⁴

1. Dosen Program Studi D-III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bethesda Tomohon
2. Dosen Program Studi D-III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bethesda Tomohon
3. Mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bethesda Tomohon
4. Mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Bethesda Tomohon

Email:

* Corresponding Author : fiko.rivo@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang Resiko jatuh merupakan salah satu penyebab utama dari kematian dan cedera pada populasi lansia. Di Indonesia, lansia mengalami jatuh setiap tahunnya sekitar 30%. Insiden jatuh pada lansia meningkat dari 25% usia 70 tahun menjadi 35% setelah berusia lebih dari 75 tahun. Salah satu penyebab jatuh yaitu gangguan pola jalan. Resiko jatuh pada lansia adalah bahaya yang paling mungkin terjadi dan cedera akibat jatuh sebagai kondisi yang memberi dampak terburuk seperti luka robek, fraktur, cedera kepala, pendarahan sampai kematian. Meskipun begitu, resiko jatuh jugalah yang menjadi ancaman yang paling mungkin bisa untuk diantisipasi. **Metode** penelitian yang di gunakan adalah deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk diketahuinya Gambaran Tingkat Resiko Jatuh Pada Lansia di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang disebarkan secara langsung kepada lansia di Kelurahan Winenet I. Teknik sampling yang digunakan ialah *purposive sampling* dengan jumlah responden 150 lansia di Kelurahan Winenet I. **Hasil** penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di kelurahan Winenet I memiliki tingkat resiko jatuh rendah yaitu sebanyak 87 responden (58%) dari 150 responden yang diteliti, sementara responden dengan tingkat resiko jatuh sedang yaitu 60 responden (40%), dan responden dengan tingkat resiko jatuh tinggi yaitu 4 responden (2,7%). **Kesimpulan** dari penelitian ini yaitu sebagian besar lansia yang tinggal di Kelurahan Winenet I memiliki tingkat resiko jatuh rendah.

Kata Kunci: Resiko Jatuh, Lansia

PENDAHULUAN

Lansia (Lanjut Usia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Masalah fisik secara umum dapat terjadi pada semua kelompok usia, tetapi seiring berjalannya waktu masalah fisik akan sering ditemukan pada lansia. Menjadi tua merupakan suatu proses alamiah, yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya yaitu anak, dewasa dan tua. Tiga tahap ini berbeda baik secara biologis maupun psikologis. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, dan figur tubuh yang tidak proporsional (Untari, 2018)

Resiko jatuh merupakan salah satu penyebab utama dari kematian dan cedera pada populasi lansia. Terdapat studi yang menemukan bahwa resiko jatuh pada lansia adalah bahaya yang paling mungkin terjadi dan cedera akibat jatuh sebagai kondisi nomor dua yang memberi dampak terburuk seperti luka robek, fraktur, cedera kepala, pendarahan sampai kematian. Meskipun begitu, data yang sama menunjukkan bahwa resiko jatuh jugalah yang menjadi ancaman yang paling mungkin bisa untuk diantisipasi. (Sabatini, et al 2015)

Di Indonesia, lansia mengalami resiko jatuh setiap tahunnya sekitar 30%. Insiden jatuh pada lansia yang tinggal di komunitas meningkat dari 25% usia 70 tahun menjadi 35% setelah berusia lebih dari 75 tahun. Salah satu penyebab jatuh yaitu gangguan pola jalan. (Condrowati, 2015 dalam Noorratri 2020).

Berdasarkan hasil penelitian M Waras (2017) tentang, Gambaran Tingkat Resiko

Jatuh pada Lansia di Puskesmas Sedayu II Kecamatan Sedayu Bantul Yogyakarta di dapatkan responden lansia dengan tingkat resiko jatuh sedang sebanyak 17 responden (20,0%) dan tingkat resiko jatuh rendah sebanyak 68 responden (80,0%). Dan 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.

Berdasarkan uraian dari fenomena yang telah dipaparkan dimana lansia dengan resiko jatuh memiliki dampak buruk. dan di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung belum pernah dilakukan penelitian terkait resiko jatuh pada lansia maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Resiko Jatuh pada Lansia di Kelurahan Winenet I Wilayah Kerja Puskesmas Tinombala Kota Bitung”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung pada bulan April minggu kedua sampai bulan Mei minggu kedua tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang tinggal di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung yang berjumlah 250 lansia. Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non Probability* dengan jenis *Purposive Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang diambil dari peneliti Ravika (2018).

Kuesioner ini berjumlah 30 pernyataan/pertanyaan. Cara menjawab kuesioner adalah dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu kolom pilihan. Kuesioner ini berisi 30 butir pertanyaan/ pernyataan yang pada setiap jawaban Ya bernilai 1, dan pada setiap jawaban Tidak bernilai 0. Parameter yang diukur adalah Tinggi, Sedang, dan Rendah. Skor parameter yang digunakan dalam penelitian yaitu yang beresiko jatuh tinggi 17-30 skor, beresiko jatuh sedang 6-16 skor, beresiko jatuh rendah 0-5 skor. Pengelolahan data yang diperoleh dari hasil penelitian ini diolah menggunakan analisis computer dengan beberapa tahap yaitu *editing, coding, entry, cleanning* dan *tabulating*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1 Gambaran Tingkat Resiko Jatuh Pada Lansia di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung

Resiko Jatuh	Jumlah	Presentase
Tinggi	4	2,7%
Sedang	59	39,3%
Rendah	87	58%
Total	150	100%

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.4 Sebagian besar responden memiliki tingkat resiko jatuh rendah yaitu sebanyak 87 responden (58%) dari 150 responden lansia, sementara tingkat resiko jatuh sedang sebanyak 59 responden (39,3%) dan responden dengan tingkat resiko jatuh tinggi sebanyak 4 responden (2,7%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh M Waras (2017) tentang, Gambaran Tingkat Resiko Jatuh Pada Lansia di Puskesmas Sedayu II

Kecamatan Sedayu Bantul Yogyakarta di dapatkan dari 87 responden distribusi rata-rata lansia dengan tingkat resiko jatuh rendah sebanyak 68 responden (80,0%), sedangkan tingkat resiko jatuh sedang sebanyak 17 responden (20,0%).

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiko jatuh pada lansia ada dua yaitu intrinsik dan eksterinsik, 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 sebagainya. 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 membahayakan.

Tabel 4.2 Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Jumlah	Presentase
60 – 74 tahun	134	89,3%
75 – 90 tahun	16	10,7%
Total	150	100%

Karakteristik responden berdasarkan usia dalam tabel menunjukkan bahwa dari 150 responden lansia didapatkan kelompok usia dengan responden terbanyak yaitu pada rentang usia 60-74 tahun yaitu sebanyak 134 responden (89,3%),

sedangkan kelompok usia 75-90 tahun dengan jumlah 16 responden (10,7%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh H Lilyanti (2022), tentang Resiko Jatuh pada Lansia di Dusun Blendung Klari menunjukkan dari 78 responden distribusi rata-rata usia lansia yaitu 60-74 tahun sebanyak 41,0%.

Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan, persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 10,48% pada 2022. Angka tersebut turun 0,34% poin dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang mencapai 10,82%. Seiring dengan turunnya persentase lansia, rasio ketergantungan mereka pun berkurang menjadi 16,09 pada 2022. Ini berarti 100 penduduk usia produktif menanggung 16 penduduk lansia. Adapun, 65,56% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60-69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 7,69% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas.

Tabel 4.3 Karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-laki	73	48,7%
Perempuan	77	51,3%
Total	150	100%

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dalam tabel dapat dilihat bahwa dari 150 responden lansia, kelompok jenis kelamin dengan responden terbanyak yaitu pada perempuan dengan 77 responden (51,3%), sedangkan kelompok dengan responden paling sedikit adalah laki-laki yaitu sebanyak 73 responden (48,7%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ikhsan (2020), tentang Hubungan Aktifitas fisik Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu menunjukkan dari 75 responden distribusi rata-rata jenis kelamin lansia yaitu pada perempuan sebanyak 41 responden (54,7%).

Pengaruh hormonal dan fisiologis penuaan yang berbeda pada laki-laki dan perempuan dipandang menjadi faktor pembeda kejadian jatuh pada lansia, pada lansia perempuan menopause mempengaruhi kondisi fisik sehingga meningkatkan risiko jatuh, berbeda halnya dengan laki-laki yang memasuki masa andropouse secara perlahan dan cenderung tidak menunjukkan efek yang signifikan pada kondisi fisik. Namun faktor ini tidak secara langsung dapat mempengaruhi jatuh pada lansia, jenis kelamin merupakan faktor predisposisi. Pada lansia yang berusia 60-80 tahun, lansia laki-laki cenderung memiliki aktifitas yang lebih banyak sehingga jatuh bukan dipengaruhi jenis kelamin melainkan karena faktor aktifitas, ketika memasuki usia diatas 80 tahun lansia akan merasakan dampak dari proses degeneratif, termasuk fenomena menopause yang mulai memperlihatkan dampaknya pada lansia perempuan, sehingga kondisi fisik akan semakin lemah dan cenderung mudah terjadi kecelakaan termasuk jatuh.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran Tingkat Resiko Jatuh Pada Lansia di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung:

1. Tingkat resiko jatuh pada lansia di Kelurahan Winenet I Kecamatan

Aertembaga Kota Bitung rendah dengan hasil yang didapatkan yaitu 87 responden (58%), sementara lansia dengan tingkat resiko jatuh sedang 59 responden (39,3%) dan tingkat resiko jatuh tinggi 4 responden (2,7%).

2. Karakteristik responden lansia di Kelurahan Winenet I Kecamatan Aertembaga Kota Bitung dari 150 responden yang diteliti didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan berjumlah 77 orang (51,3%), sebagian besar responden berada pada kelompok usia 60-74 tahun sebanyak 134 orang (89,3%).

DAFTAR PUSTAKA

- Arrosyid, 2020. Internet. Metode penelitian jenis dan desain penelitian yang digunakan, <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id>, diakses pada tanggal 9 Maret 2023
- Arsiyanti, 2020. Internet, Tipe-Tipe Jatuh, <http://repository.unimus.ac.id/4526/9/BAB%20II.pdf> diakses pada tanggal 12 Januari 2023
- Ashar, 2016. Gambaran Persepsi Faktor Risiko Jatuh Pada Lansia di Panti Werdha Budi Mulia 4 Margaguna. Jakarta Selatan: UIN Syarif Hidayatullah
- Badan Pusat Statistik. 2022. Internet. Statistik Penduduk Lanjut Usia. <https://www.bps.go.id/publication/2022/12/27/3752f1d1d9b41aa69be4c65c/statistik-penduduk-lanjut-usia-2022.html> diakses pada tanggal 1 Juni 2023
- Chalise, 2019. Internet, Pengaruh Aerobic Exercise terhadap perubahan Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Demensia, <https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/j-health/> diakses pada tanggal 10 Januari 2023
- Kemenkes RI, 2015, Buku Pendoman Kesehatan Jiwa, Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Friska, 2020. Internet, The Relationship Of Family Support With The Quality Of Elderly Living In Sidomulyo Health Center Work Area In Pekanbaru Roa, <https://jurnal.pkr.ac.id/index.php/JPK/article/view/194> diakses pada tanggal 15 Januari 2023
- Hartono, 2019. Metodologi penelitian, Riau: Zanaf Publishing
- H Lilyanti, Indrawati & Wamaulana. 2022. Internet, Resiko Jatuh pada Lansia di Dusun Blendung Klari, <https://genius.inspira.or.id/index.php/indogenius/article/view/67> diakses pada tanggal 12 Januari 2023
- Hutomo, 2015. Internet, Hubungan Penataan Lingkungan Rumah Terhadap Resiko Jatuh, <http://digilib.unisayogya.ac.id/51/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> diakses pada tanggal 15 Januari 2023
- Kemenkes, 2019. Internet, Populasi Lansia Terus Meningkat, <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf> diakses pada tanggal 16 Januari 2023
- Kemenkes, 2022. Internet, Menilai Resiko Jatuh dari Tempat Tidur Menggunakan Energi Potensial Gravitasi, https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/440/menilai-risiko-jatuh-

- dari-tempat-tidur-menggunakan-energi-potensial-gravitasi, diakses pada tanggal 15 Januari 2022
- Khairani, 2016. Internet, Pengaruh Senam Otak Terhadap Tingkat Stres Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Kabupaten Padang Pariaman Tahun 2016, <http://scholar.unand.ac.id/12492/> diakses pada tanggal 24 Desember 2022
- Kholifah, 2016. Keperawatan Gerontik. Jakarta Selatan: Kemenkes
- Kornelia, 2022. Keperawatan Gerontik. Bandung. CV.Media Sains Indonesia
- Kozier 2016. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses & Praktik, Jakarta: EGC
- Lestari, K. E., & Yudhanegara, M. R. (2017). Penelitian Pendidikan Matematika. Bandung: PT Refika Aditama.
- M Waras, 2017. Internet, GAMBARAN TINGKAT RESIKO JATUH PADA LANSIA DI PUSKESMAS SEDAYU II KECAMATAN SEDAYU BANTUL YOGYAKARTA, <http://elibrary.almaata.ac.id/>, diakses pada tanggal 23 Desember 2022
- Mustakim, 2015. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Jatuh pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Lanjut Usia Dewanata, Cilacap
- Nooratri, 2020. Internet, Deteksi Dini Resiko Jatuh pada Lansia, <https://jurnal.aiska-university.ac.id/index.php/gemassika/article/view/636> diakses pada tanggal 10 Januari 2023
- Notoatmodjo, 2014. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Putri, D. M. Prihatin. 2017. Pengantar Riset Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Riset dalam Keperawatan, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rasiqah, 2019. Internet, Fungsi Kognitif Dengan Tingkat Resiko Jatuh Lansia di Banda Aceh, <https://jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/download/17158/1267> diakses pada tanggal 14 Januari 2023
- Ravika, 2018. Internet, Kuesioner Resiko Jatuh, <https://id.scribd.com/document/391158588/Kuesioner-Resiko-Jatuh-Ravika> diakses pada tanggal 14 Januari 2023
- Rhosma, 2014. Buku Ajar Keperawatan gerontik. Yogyakarta: Penerbit Deepublish
- Rizqiyah. 2017. Iternet, Efek Puasa Daud terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Usia Lebih Dari 50 Tahun di Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta <https://dspace.uii.ac.id/bitstream/handle/123456789/11162/072%20bab%202.pdf?sequence=8&isAlloved=y> diakses tanggal 5 Januari 2023
- Sabatini, Kusuma & Tambunan, 2015. Faktor Eksternal Risiko Jatuh Lansia. Studi empris. Prosiding Temu Ilmiah IPLBI
- Siti, 2022. Asuhan Keperawatan Gerontik. Jakarta: Yayasan Kita Menulis
- Siti, 2022. Keperawatan Gerontik. Padang: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI.

Sugiyono, 2015. Metode Penelitian kombinasi (Mix Methods). Bandung: Alfabeta

Supardi, Sudibyo dan Rustika. 2013. Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta: CV. Trans Info Media

Untari, 2018. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta: EGC

V Rohima, Rusdi & Karota 2022. Internet, Faktor Resiko Jatuh pada Lansia di Unit Pelayanan Primer Puskesmas Medan Johor, <http://www.jurnal-ppni.org/ojs/index.php/jppni/article/view/184>, diakses pada tanggal 24 Desember 2022