

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia atau sering dikenal dengan lansia adalah seseorang yang telah mengalami penuaan yang ditandai dengan menurunnya beberapa fungsi tubuh. Banyaknya penurunan fungsi tubuh yang dialami seorang lansia, menyebabkan terjadinya penurunan kualitas hidup pada lansia, salah satunya lansia sering mengalami gangguan keseimbangan (1). Menurut *World Health Organization* (2022), lansia adalah individu yang berusia lebih dari 60 tahun, yang merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya (2).

Menurut *World Health Organization* (2022), secara global angka kehidupan lansia di dunia akan terus mengalami peningkatan. Diperkirakan pada tahun 2030, dijumpai 1 dari 6 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Penduduk yang berusia di atas 60 tahun mengalami peningkatan pada tahun 2020 dijumpai sebanyak 1 miliar dan pada tahun 2022 menjadi 1,4 miliar. Diperkirakan pada tahun 2050, populasi dunia yang berusia 60 tahun ke atas akan berlipat ganda menjadi 2,1 miliar. Sedangkan yang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 hingga mencapai 426 juta jiwa (2). Menurut Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil (Dukcapil) pada 2021 di Indonesia terdapat 30,16 juta jiwa penduduk lanjut usia (lansia). Jika dirinci lagi dapat dijumpai sebanyak 11,3 juta jiwa (37,48%) penduduk lansia berusia 60-64 tahun, 7,77 juta (25,77%) yang berusia 65-69 tahun, 5,1 juta penduduk (16,94%) berusia 70-74 tahun, serta 5,98 juta (19,81%) berusia di atas 75 tahun (3). Menurut Kementerian Kesehatan (2021) di Indonesia dijumpai jumlah lansia saat ini yaitu sekitar 27,1 juta orang atau hampir 10% dari total penduduk. Pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah lansia akan mengalami peningkatan menjadi 33,7 juta jiwa (11,8%) dari total penduduk Indonesia (4).

Berdasarkan data BPS (2020) di provinsi Aceh didapatkan persentase lansia muda yang berusia 60-69 tahun sebanyak 65,97%, lansia madya yang berusia 70-79 tahun sebanyak 26,54% dan lansia tua yang berusia 80+ sebanyak 7,49% (5). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Lhokseumawe pada 2022, di Lhokseumawe dijumpai jumlah lansia yang berusia 60-69 tahun sebanyak 14,587 jiwa dan lansia yang berusia >70 tahun sebanyak 3,835 jiwa (6).

Seiring bertambahnya usia, tubuh manusia akan mengalami perubahan komposisi tubuh, otot, tulang dan sendi. Terjadi kemunduran dan perubahan morfologis pada otot menyebabkan perubahan fungsional otot, yaitu penurunan kekuatan, kontraksi otot, elastisitas dan fleksibilitas otot. Sehingga, akan mengakibatkan penurunan kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan postural atau keseimbangan tubuh lansia (7). Penurunan keseimbangan tersebut menyebabkan lansia rentan mengalami penurunan kualitas hidup, ketidakmampuan atau kesulitan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari (8).

Masalah yang sering terjadi pada lansia dikenal dengan sindrom geriatri. Sindrom geriatri merupakan suatu kondisi multifaktorial yang sering terjadi pada lansia, umumnya bersifat menahun dan tidak memiliki gejala yang khas atau spesifik (9). Lansia dengan sindrom geriatri akan mengalami gangguan fungsi organ dan kesulitan untuk melakukan aktivitas sehari-hari, yang termasuk sindrom geriatri yaitu isolasi (depresi), infeksi, *impairment of vision, hearing, dan smell, intellectual impairment* (gangguan intelektual), *inkontinensia urin, immobilitas* (gangguan gerak), *instabilitas* (jatuh), *inanition* (malnutrisi), *impecunity* (kemiskinan), *iatrogenic* (pengaruh obat-obatan), *insomnia, impotence* (disfungsi ereksi), *impaction* (konstipasi) dan *immunodeficiency* (10). Pada saat ini, banyak lansia yang kurang memperhatikan kemampuan fisiknya yang telah mengalami penurunan keseimbangan, penurunan otot tungkai bawah, penurunan penglihatan dan pendengaran, sehingga akan sangat berisiko jatuh (11).

Risiko jatuh merupakan suatu keadaan dimana seseorang berpotensi mengalami peningkatan kemungkinan jatuh. Jatuh adalah kejadian yang tidak diharapkan yang menyebabkan seseorang terbaring dilantai atau tempat yang rendah secara tiba-tiba dan tidak dapat dikendali, seperti tergelincir dan

tersandung (12). Beberapa penyebab jatuh yang sering terjadi pada lansia adalah perubahan postur tubuh, gangguan pada pola jalan, gangguan keseimbangan dan peningkatan kondisi patologis atau penurunan daya tahan tubuh lansia terkait dengan gangguan stabilitas (13). Menurut Nugraha S (2019), lansia yang memiliki penyakit degeneratif lebih dari satu maka berisiko mengalami jatuh 2 kali dibandingkan dengan lansia tidak mengalami penyakit tersebut. Penyakit degeneratif adalah kondisi kesehatan yang disebabkan karena perubahan fungsi organ yang memburuk seiring bertambahnya usia, contoh penyakit degeneratif seperti, kanker, diabetes, parkinson, alzheimer dan osteoporosis (14).

Di Indonesia, menurut *World Health Organization* (2023) sekitar 28-35% orang berusia 65 tahun ke atas pernah mengalami jatuh pada setiap tahunnya dan meningkat menjadi 32-42% bagi lansia yang berusia di atas 70 tahun. Prevalensi jatuh pada lansia mencapai 30% hingga 50%, dengan angka kejadian jatuh berulang mencapai 40% dan dilaporkan bahwa laki laki lebih sering jatuh dan mengalami banyak cedera dibanding perempuan(15). Angka prevalensi kejadian jatuh menurut data survey *Indonesian Family Life Survey* (IFLS), pada masyarakat usia lebih dari 65 tahun sebesar 30%, dan pada pasien lebih dari 80 tahun sebesar 50% mengalami jatuh setiap tahunnya (16).

Kejadian jatuh pada lansia bisa berdampak serius mulai dari cedera ringan hingga mengalami kecacatan dan disabilitas. Disabilitas yaitu gangguan yang ditandai dengan kesulitan bergerak sehingga terganggu aktivitas sehari-hari pada lansia. Seiring bertambahnya usia, risiko jatuh dapat menyebabkan kematian (17). Cedera akibat jatuh lebih sering terjadi pada lansia dan merupakan penyebab utama rasa sakit, kecacatan, kehilangan kemandirian, dan kematian dini. Jatuh juga merupakan penyebab paling umum lansia masuk rumah sakit terkait trauma yang mengakibatkan cedera otak traumatis dan cedera ortopedi seperti patah tulang pinggul, lengan bawah, dan lengan atas (17).

Data dari Direktur Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kemenkes RI (2020) mengatakan perlu dilakukan gerakan masif dalam kelanjutusiaan yang sehat atau *healthy aging*, sehingga diharapkan lansia dapat melalui proses menua dengan sehat dan memiliki kualitas hidup yang tinggi dengan tetap sehat, mandiri, aktif,

dan produktif (18). Hal tersebut juga dilakukan untuk menurunkan morbiditas dan mortalitas pada lansia. Morbiditas dan mortalitas merupakan suatu indikator yang menggambarkan kesehatan dalam suatu wilayah, semakin tinggi morbiditas dan mortalitas pada lansia maka menunjukkan wilayah tersebut dalam keadaan yang tidak sehat dan dapat meningkatkan angka kematian dini pada lansia, salah satu penyebabnya adalah jatuh (19). Oleh karena itu sangat perlu dilakukan *screening* atau deteksi dini tingkat risiko jatuh pada lansia dalam upaya untuk menurunkan morbiditas dan mortalitas. Untuk menilai keseimbangan pada lansia dapat dilakukan dengan penggunaan *Berg Balance Scale* atau BBS.

Berg Balance Scale merupakan suatu tes klinis yang banyak digunakan untuk pengukuran keseimbangan pada lansia ataupun pasien dengan riwayat gangguan neurologis (20). BBS dilakukan dengan gerakan sederhana dan membutuhkan waktu lebih kurang 20 menit digunakan untuk menentukan kemampuan (atau ketidakmampuan) pasien dalam mempertahankan keseimbangan. Tes ini terdiri dari 14 item yang diberi skor pada skala ordinal 0 hingga 4 dengan total 56 poin, skor yang lebih tinggi menunjukkan kemandirian yang lebih besar dan kemampuan yang lebih baik untuk menyeimbangkan dan sebaliknya, tes ini andal, valid, dan responsif untuk lansia dengan berbagai kondisi (21).

Penelitian yang dilakukan oleh Natalia Miranda (2022) menjelaskan bahwa *berg balance scale* pertama kali dibuat untuk digunakan pada lansia dan individu yang lain, seperti orang dengan parkinson dan stroke. *Berg balance scale* adalah alat uji dengan validitas dan reliabilitas tinggi yang digunakan untuk mengukur keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan memberi individu kemampuan untuk mencapai gerakan fisik dan selanjutnya melakukan aktivitas hidup sehari-hari. Skala ini dapat digunakan untuk menilai risiko jatuh dan memprediksi lama rawat inap selama rehabilitasi rawat inap (22). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Adit Prasetyo dan Nanang Irdandi terhadap lansia dengan jumlah sampel sebanyak 23 orang menunjukkan bahwa lansia di Panti Mulyo Sragen memiliki resiko jatuh rendah dengan skor yang di dapat yaitu 37

hingga 51, yang artinya pada lansia banyak memiliki resiko jatuh sehingga dapat menimbulkan efek maupun komplikasi dari jatuh yang tidak diinginkan (23).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran tingkat resiko jatuh pada lansia. Mengingat banyaknya populasi lansia dengan masalah resiko jatuh yang terus meningkat seiring bertambahnya usia, sehingga perlu dilakukan upaya penilaian keseimbangan dengan alat yang sederhana dan mudah diterapkan bagi praktik pelayanan kesehatan lansia di layanan primer untuk menilai tingkat resiko jatuh lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Pada lansia, jatuh merupakan masalah kesehatan yang dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Frekuensi jatuh pada lansia akan semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Untuk menilai prediksi frekuensi jatuh pada lansia dapat dilakukan penilaian dengan tes keseimbangan statis dan dinamis dengan metode *berg balance scale*.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti sangat tertarik melakukan penelitian mengenai gambaran tingkat risiko jatuh pada lansia berdasarkan *berg balance scale* di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe 2023.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana karakteristik lansia di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe 2023?
2. Bagaimana gambaran tingkat risiko jatuh pada lansia berdasarkan *berg balance scale* di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe 2023?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat risiko jatuh pada lansia, sehingga dapat lebih berhati-hati untuk menghindari terjadinya jatuh.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik lansia di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe 2023
2. Mengetahui bagaimana gambaran tingkat risiko jatuh pada lansia berdasarkan *berg balance scale* di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe 2023

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber informasi dan dapat dijadikan sebagai sumber referensi dalam penelitian selanjutnya terkait penggunaan *berg balance scale* sebagai penilaian keseimbangan.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat digunakan sebagai deteksi dini untuk mengetahui tingkat risiko jatuh pada lansia sehingga dapat meminimalisir komplikasi terjadinya jatuh pada lansia.