

PENINGKATAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG PENCEGAHAN JATUH MELALUI PENYULUHAN DI ASRAMA BRIMOB RT 02 RW 02 KELURAHAN MOROKREMBANGAN KECAMATAN KREMBANGAN SURABAYA

Iswati, Caturia Sasti Sulistyana

Akademi Keperawatan Adi Husada Surabaya

iswatisaja@gmail.com, caturia@akper-adihusada.ac.id

ABSTRAK

Lansia akan mengalami banyak perubahan yang terjadi terutama pada kondisi fisik sehingga mengakibatkan lansia lebih berisiko mengalami jatuh. Salah upaya yang dilakukan untuk mencegah jatuh pada lansia adalah melalui upaya promotif penyuluhan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan lansia tentang kejadian jatuh. Desain yang digunakan adalah pra eksperimental dengan *one group pretest-posttest*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah lansia RT 02 yang berjumlah 30 orang lansia dan sampel yang diambil adalah 28 orang lansia dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan uji *wilcoxon signed ranks test*. Hasil penelitian didapatkan sebelum diberikan penyuluhan, tingkat pengetahuan responden masih kurang, yaitu sebanyak 71,4%, sedangkan setelah dilakukan penyuluhan, tingkat pengetahuan responden menjadi cukup, yaitu sebanyak 50%. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0.00$ dengan nilai $\alpha=0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan lansia tentang pencegahan jatuh pada lansia. Peningkatan pengetahuan lansia tentang kejadian jatuh pada lansia setelah diberikan penyuluhan dapat diakibatkan adanya proses transfer informasi sehingga dapat menambah pengetahuan tentang pencegahan jatuh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dikembangkan lagi pada penelitian selanjutnya dengan menggunakan variabel lain sehingga hasil dapat lebih akurat.

Kata Kunci : Pengetahuan, Penyuluhan, Pencegahan jatuh

ABSTRACT

Elderly people will experience a lot of changes, especially physical conditions and caused the elderly to be more at risk of falls. One of the efforts made to prevent falls in the elderly is through promoting health education. This study aims to analyze the effect of counseling on the knowledge of the elderly about the incidence of falls. The design used was pre-experimental with one group pretest-posttest. The population used was elderly RT 02, amounting to 30 elderly people and 28 elderly people samples taken used purposive sampling technique. Data collection used questionnaires and the data analysis used the wilcoxon signed ranks test. The results of the study were obtained before being given is less knowledge counseling as many as 71.4% and after sufficient knowledge counseling as many as 50% The results of the study with statistical tests obtained a value of $p = 0.00$ and $\alpha = 0.05$, it can be concluded that there is an influence of education on the level of knowledge about prevention of falls in the elderly. Increased knowledge of the elderly about the incidence of falls in the elderly after being given counseling can be caused by the process of transferring information so that it can add information about prevention of falls. The results expected to developed in research next to use the other variables and therefore the can be more accurate.

Keywords: Knowledge, Counseling, Prevention of falls

PENDAHULUAN

Proses menua dapat menimbulkan berbagai masalah baik secara fisik, biologi, mental maupun sosial ekonomi. Semakin seseorang berusia lanjut maka akan semakin mengalami kemunduran terutama di bidang kemampuan fisik, yang dapat mengakibatkan penurunan pada peranan – peranan sosialnya. Dengan banyaknya perubahan yang terjadi pada lansia terutama perubahan fisik dapat mengakibatkan lansia lebih berisiko mengalami jatuh. Kurangnya pengetahuan pada lansia dan keluarga tentang penyebab kejadian jatuh pada lansia yang menyebabkan lansia mudah mengalami jatuh (Iswan & Oktaviana, 2012).

Persentase jatuh pada lansia Indonesia tahun 2017 adalah 49,4% pada usia 55–64 tahun, 67,1% pada usia 65–74 tahun dan 78,2% pada usia >75 tahun. Sekitar 30% dari komunitas lansia di negara berkembang jatuh tiap tahunnya dengan presentase 10%-20% jatuh lebih dari sekali. Kongres XII PERSI di Jakarta pada tanggal 8 November 2012 melaporkan bahwa kejadian pasien jatuh di Indonesia pada bulan Januari–September 2012 sebesar 14%. Hal ini membuat presentasi pasien jatuh termasuk ke dalam lima besar insiden medis selain *medicine error* (Utami, 2017). Sesuai survey kejadian jatuh pada lansia di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan dengan hasil menunjukkan 12 orang yang pernah jatuh dan 8 orang yang berisiko untuk jatuh.

Jatuh menurut DarMojo (2014) merupakan suatu kejadian yang dialami oleh penderita atau saksi mata yang melihat kejadian dan mengakibatkan seseorang mendadak dalam keadaan terbaring/tertududuk dilantai yang lebih rendah dengan atau tanpa kehilangan kesadaran atau luka. Faktor penyebab jatuh yang berasal dari perubahan kondisi fisik lansia akibat proses penuaan adalah faktor biologis (WHO, 2007).

Selain faktor akibat proses penuaan terdapat juga faktor-faktor lain yang berasal dari lingkungan yang menjadi penyebab jatuh antara lain lantai yang basah, licin, adanya objek yang berserakan dilantai dan membahayakan bagi lansia, penerangan yang kurang, anak tangga yang terlalu tinggi, tidak ada alat bantu berjalan ataupun pagar pengaman, lantai yang memiliki perbedaan

ketinggian dan hal-hal lain yang dapat meningkatkan risiko jatuh. Jatuh dapat mengakibatkan berbagai bentuk cedera pada lansia seperti patah tulang, cedera kepala dan laserasi mayor terutama pada lansia yang berada di komunitas. Jatuh dapat dicegah dengan melakukan identifikasi terhadap keberadaan faktor-faktor risiko jatuh baik internal maupun eksternal (Windy & Tambunan, 2015).

Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan upaya kesehatan (promotife, preventif, kuratif dan rehabilitatife) yang menitikberatkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat salah satunya adalah penyuluhan. Penyuluhan adalah Kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Yuliatun & E.M, 2013).

Berdasarkan hal itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang pencegahan jatuh pada lansia di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan.

METODE

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 febuari 2018. Jenis penelitian ini adalah Pre eksperimental dengan pendekatan *One grup pra – post test design* (Nursalam, 2016). Sampel yang digunakan sebanyak 28 responden. Sampel diambil dari lansia di Asrama Brimob RT 02 RW02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan. Teknik sampling *Purposive Sampliang* dengan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test.

Pengumpulan data dilakukan melalui Pre Test dan Post Test. Data status Pre Test dan Post Test diperoleh dari kuesioner dengan 20 jumlah soal yang berisi tentang definisi jatuh, penyebab jatuh, pencegahan jatuh, dampak dari jatuh kuesioner yang digunakan adalah kueseiner *close ended* dengan skala gutman. Skor yang digunakan adalah Ya dinilai satu dan Tidak dinilai 0. Untuk Skala nya menggunakan Ordinal yang memiliki Skor yaitu, baik = 76 - 100%, cukup = 56-75% kurang = <56%. (Nursalam, 2016)

HASIL

Data Umum

Tabel 1 Usia Lansia

Umur	Mean	Std. Deviation	Minimal – Maksimal
	71,64	7,58	60 – 80

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian responden pada penelitian ini pada kelompok usia lanjut dengan rata – rata umur 71,64 dengan umr dari 60 -88 tahun.

Tabel 2 Jenis Kelamin Lansia

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase %
1.	Perempuan	18	64,3%
2.	Laki – Laki	10	35,7%
	Total	28	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hampir seluruh responden pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 18 orang atau (64,3%).

Tabel 3 Pernah Mendapatkan Informasi

No.	Pernah mendapat informasi	Frekuensi	Persentase %
1.	Ya	8	28,6%
2.	Tidak	20	71,4%
	Total	28	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hampir seluruh responden pada penelitian belum pernah mendapatkan informasi tentang jatuh sebanyak 20 orang atau (71,4%)

Tabel 4 Sumber Informasi

No.	Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase %
1.	Keluarga	3	37,5%
2.	Kerabat	-	-
3.	Puskesmas	-	-
4.	Internet	5	62,5%
5.	Poster	-	-
6.	Penyuluhan	-	-
	Total	28	100%

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa beberapa responden mendapatkan informasi mengenai jatuh internet sebesar 5 responden atau 62,5%. Sebagian responden belum pernah mendapatkan informasi dari sumber informasi yang ada.

DATA KHUSUS

Tabel 5 Pengetahuan Lansia Sebelum Penyuluhan

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1.	Kurang	20	71,4%
2.	Cukup	7	25%
3.	Baik	1	3,6%
	Total	28	100%

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki pengetahuan pendidikan kesehatan kurang sebanyak 20 orang atau (71,4%)

Tabel 6 Pengetahuan Lansia Sesudah Penyuluhan

No	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1	Kurang	8	28,6%
2	Cukup	14	50,0%
3	Baik	6	21,4%
	Total	28	100%

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 14 orang atau (50,0)

Tabel 7 Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahaun Lansia

Klasifikasi	Pengetahuan Pre		Pengetahuan Post	
	Frekuensi	Persentase %	Frekuensi	Persentase %
Kurang	20	71,4%	8	28,6%
Cukup	7	25%	14	50%
Baik	1	36%	6	21,4%
Total	28	100%	28	100%

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai p value = 0,00 dan $\alpha = 0,005$ ($p < \alpha$), jadi ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan lansia.

PEMBAHASAN

Bedasarkan hasil penelitian pada tabel 1 karakteristik menurut umur menunjukkan bahwa sebagian responden pada penelitian ini pada kelompok usia lanjut dengan rata – rata umur 71,64 dari umur 60 -88 tahun. Semakin lanjut usia seseorang akan mengalami perubahan pada segi fisik, kognitif, dan psikososialnya. Fungsi kognitif dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu bahasa, perkembangan pemikiran, perkembangan memori atau daya

ingat. Dan perkembangan intelegensi yang mempengaruhi pada usia lanjut (Jusup, 2012).

Sejalan dengan teori, peneliti berpendapat bahwa usia lansia cenderung mengalami penurunan pada fungsi kognitifnya terutama pada gangguan memori, dibuktikan dengan lansia belum mengetahui informasi dalam pengetahuan pencegahan jatuh, setelah peneliti memberikan penyuluhan dengan penyampaian yang mudah dipahami dalam kehidupan sehari-hari, serta pemberian leaflet maka lansia dapat menambah pengetahuan informasi yang telah disampaikan.

Berdasarkan hasil penelitian yang terlihat pada tabel 2 karakteristik menurut jenis kelamin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 18 orang dan laki - laki 10 orang. Dari penelitian Deu (2015) menyatakan jenis kelamin juga berpengaruh terhadap fungsi kognitif pada lansia. Perempuan cenderung mempunyai resiko lebih besar terjadinya gangguan kognitif dibandingkan laki- laki.(Muhith & Siyoto, 2016)

Sejalan dengan teori diatas, peneliti berpendapat bahwa perbedaan jenis kelamin laki - laki maupun perempuan dalam hal ini mempengaruhi tingkat pengetahuan tentang kejadian jatuh. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan saat post test terdapat pengetahuan responden perempuan cenderung memiliki pengetahuan yang kurang. Sedangkan responden laki - laki memiliki pengetahuan yang cukup . Setelah dilakukan Pre Test responden perempuan lebih banyak yang memiliki pengetahuan cukup, sedangkan responden laki - laki lebih banyak yang memiliki pengetahuan baik. Hal ini disebabkan karena adanya penurunan hormon estrogen pada perempuan menopause, sehingga resiko terjadinya penyakit neuro degeneratif meningkat, karena hormon ini berperan penting dalam memelihara fungsi otak.

Berdasarkan hasil penelitian yang terlihat pada tabel 3 karakteristik menurut informasi yang didapatkan sebanyak 8 orang pernah mendapatkan informasi tentang pencegahan jatuh sedangkan 20 orang belum pernah mendapatkan informasi tentang pencegahan jatuh. Menurut sumber informasi responden yang telah mendapatkan informasi mengenai pencegahan jatuh antara lain melalui keluarga sebanyak 3 responden, melalui internet sebanyak 5 responden.

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa sumber informasi terbanyak dari data internet yaitu sebanyak 5 responden atau 62,5%. Sebagian responden belum pernah mendapatkan informasi dari sumber informasi yang ada. Menurut Riyanto (2013) Informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang.

Berdasarkan tabel 5, hasil penelitian di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Surabaya jumlah responden sebanyak 28 lansia. Distribusi responden tentang pengetahuan pencegahan jatuh sebelum diberikan penyuluhan terhadap 20 lansia berpengetahuan kurang dengan persentase 71,4%, 7 lansia dengan berpengetahuan cukup dengan persentase 25%, 1 lansia dengan berpengetahuan baik dengan persentase 3,6%. Pengetahuan (knowledge) adalah hasil 'tahu' dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2012). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Mubarak (2007) adalah pendidikan, informasi atau media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, usia. Pendidikan adalah salah satu usaha untuk meningkatkan kepribadian dan kemampuan baik di dalam maupun luar sekolah (baik formal maupun non formal) yang berlangsung seumur hidup. Informasi atau Media Massa adalah suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis, dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu.

Sejalan dengan teori diatas hampir seluruh lansia di Asrama Brimob yang berpengetahuan kurang dikarenakan pengetahuan dan informasi yang kurang bagi keluarga lansia maupun lansianya. Menurut hasil penelitian sebagian kecil lansia yang berpengetahuan cukup atau baik sudah dapat memahami lebih cepat dikarenakan pernah mendapatkan informasi tentang pencegahan jatuh. Pada hasil penelitian di asrama brimob hanya 7 dari 28 lansia yang pernah mendapatkan informasi tentang jatuh.

Berdasarkan tabel 6 hasil penelitian di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Surabaya jumlah responden sebanyak 28 lansia. Distribusi responden tentang pengetahuan pencegahan kejadian jatuh setelah diberikan penyuluhan terhadap 8 lansia berpengetahuan kurang dengan persentase 28,6%, 14 lansia

dengan berpengetahuan cukup dengan persentase 50,0%, 6 lansia dengan berpengetahuan baik dengan persentase 21,4%.

Pengetahuan (knowledge) adalah hasil 'tahu' dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2012). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Mubarak (2007) adalah pendidikan, informasi atau media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, usia. Pendidikan adalah salah satu usaha untuk meningkatkan kepribadian dan kemampuan baik di dalam maupun luar sekolah (baik formal maupun non formal) yang berlangsung seumur hidup.

Sejalan dengan teori diatas hampir seluruh lansia di Asrama Brimob yang memiliki berpengetahuan cukup, Karena sudah mendapat informasi atau penyuluhan tentang pencegahan jatuh, melalui metode leaflet dan video sehingga responden bisa mengisi kuesioner dan sudah tidak bingung lagi. Ada 8 lansia yang masih memiliki berpengetahuan kurang, karena semakin bertambah usia terjadi banyaknya perubahan termasuk perubahan kognitifnya dimana lansia dapat mudah lupa.

Berdasarkan tabel 7 Hasil tabulasi pada lansia di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Surabaya didapatkan pengetahuan lansia meningkat sesudah diberikan penyuluhan yaitu sebanyak 50% yang berkategori cukup dan 21,4% yang berkategori baik. Hasil nilai pengetahuan lansia $p=0,000 < 0,005$. Maka H1 diterima yang artinya ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan lansia tentang pencegahan jatuh. Manfaat diberikan penyuluhan pencegahan jatuh ini agar lansia mendapatkan informasi tentang kejadian jatuh sehingga diharapkan lansia dapat mengantisipasi penyebab maupun pencegahan yang diharapkan agar berkurangnya angka kejadian jatuh pada lansia. Menurut (Gejir & Ratih, 2017) upaya intervensi terhadap faktor perilaku dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu pendidikan atau paksaan/tekanan, dan pendekatan pendidikan adalah yang paling tepat sebagai upaya untuk memecahkan masalah kesehatan masyarakat melalui faktor perilaku. Sementara itu penyuluhan kesehatan diartikan sebagai kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan

dengan cara menyebarluaskan pesan dan menanamkan keyakinan.

KESIMPULAN

Hampir seluruh responden di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan memiliki pengetahuan yang kurang tentang pencegahan kejadian jatuh sebelum dilakukan penyuluhan dan hampir seluruh responden memiliki pengetahuan yang cukup sesudah dilakukan penyuluhan, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan lansia tentang pencegahan jatuh di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas diharapkan lansia dapat mempertahankan tingkat pengetahuan dengan cara tetap mencari informasi kesehatan lain tentang pencegahan jatuh melalui berbagai macam sumber. Bagi tenaga kesehatan diharapkan tetap dapat mengadakan penyuluhan pada saat posyandu dan bisa memakai metode ceramah dan metode yang lain seperti leaflet, poster, gambar dan boneka supaya tidak bosan. Peneliti selanjutnya bisa menggunakan metode penelitian lain seperti *open ended question*. Pemberian informasi selain menggunakan metode leaflet juga bisa menggunakan poster, gambar, slide, boneka dan media audiovisual. Meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan lain misalnya pendidikan dan usia apa benar mempengaruhi tingkat pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Gejir, I. N., Agung, A. G., Ratih, I. D., & Mustika, I. W. (2017). *Media Komunikasi dalam Penyuluhan Kesehatan*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Iswan, R., & Oktaviana, S. (2012). Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Tentang Pencegahan Kejadian Jatuh Pada Lansia Di Kelurahan Pahlawan Binjai . 51 - 56.
- Jusup, L. (2011). *Kiat menghadapi masalah kesehatan lansia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

- Muhith, A., & Siyoto, S. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Penerbit Andi
- NotoadMojo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka
- Nursalam. (2016). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian*. Jakarta: Salamba Medika.
- Organization, W. H. (2007). *WHO Global Report on Falls Prevention in Older Age*. France: World Health Organization,
- Utami, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia.
- Windy, A., & Tambunan, R. (2015). Pengaruh Program Pencegahan Jatuh Berupa Edukasi dan Latihan Kekuatan Otot Terhadap Faktor Risiko Jatuh Yang Dimiliki Oleh Lansia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Ciparay Bandung. *Immanuel Jurnal Ilmu Kesehatan Volume 9, Nomor 2, Desember 2015*, 538.
- Yuliatun, J., & E.M, N. (2013). *Pengaruh Penyuluhan kesehatan tentang Kebersihan Genitalia terhadap Upaya Pencegahan Keputihan*. 35-38.