

Hubungan Kemampuan Fungsional Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia *Elderly* Di Rsu Wulan Windy Medan Marelan Tahun 2021

Irwan Agustian

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Haji Sumatera Utara, Indonesia

Email: Irwan.agustian1991@gmail.com

ABSTRAK

Penurunan fungsi tubuh pada lansia akan mengakibatkan terjadinya gangguan gerak dan fungsi lansia. Penurunan kekuatan otot akibat dari proses penuaan akan mempengaruhi kemampuan fungsional lansia khususnya kemampuan dalam hal mobilitas seperti penurunan kecepatan berjalan, penurunan keseimbangan tubuh dan meningkatnya risiko jatuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia di RSU Wulan Windy Medan Marelan Tahun 2021.

Penelitian ini merupakan penelitian *descriptive correlation* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini telah dilaksanakan Penelitian ini akan dilaksanakan dari Bulan Januari 2021 sampai bulan Februari 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berkunjung ke poli penyakit dalam RSU Wulan Windy sebanyak 28 orang lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental Sampling* berjumlah 20 orang.

Hasil Penelitian didapat bahwa kemampuan fungsional lansia dengan kategori mandiri dan tidak ditemukan lansia dengan kategori ketergantungan total, Sebagian besar lansia tidak beresiko jatuh dan terdapat 1 orang dengan kategori risiko jatuh tinggi. Berdasarkan hasil uji *chisquare* didapat bahwa terdapat hubungan kemampuan fungsional dengan risiko jatuh pada lansia di RSU Wulan Windy Medan Marelan Marelan Tahun 2019 dengan nilai $p=0,023 < \alpha=0,05$.

Saran dalam penelitian ini khususnya bagi tenaga kesehatan hendaknya terus berupaya memaksimalkan pelayanannya khususnya pada lansia untuk dapat meminimalkan risiko jatuh pada lansia.

Kata Kunci : Kemampuan Fungsional: Risiko Jatuh Lansia

PENDAHULUAN

Lansia merupakan orang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Lansia cenderung mengalami kondisi kemunduran fisik yang ditandai dengan pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, penurunan kekuatan otot (gangguan muskuloskeletal) yang mengakibatkan gerakan lambat, dan gerakan tubuh yang tidak proporsional. Akibat perubahan fisik lansia tersebut, mengakibatkan gangguan mobilitas fisik yang akan membatasi kemandirian lansia dalam memenuhi aktifitas sehari-hari dan menyebabkan terjadinya risiko jatuh pada lansia (Stanley & Beare, 2012).

Risiko jatuh pada lansia penting diperhatikan baik keluarga, perawat maupun tenaga medis lainnya untuk menghindari bahaya yang tidak diharapkan selama dirawat di rumah sakit. Jatuh sering dialami oleh lansia akibat proses penuaan. Jatuh dapat mengakibatkan trauma serius, seperti nyeri, kelumpuhan bahkan kematian. Hal ini menimbulkan rasa takut dan hilangnya rasa percaya diri sehingga

lansia membatasi aktivitasnya sehari-hari yang menyebabkan menurunnya kualitas hidup pada lansia yang mengalaminya (Af'idah, dkk, 2019).

World Health Organization (WHO) tahun 2016 menyebutkan bahwa jumlah lansia dunia sekitar 600 juta (11%) diperkirakan menjadi 1,2 miliar (22%) ditahun 2025 dan menjadi 2 miliar ditahun 2050, pada saat itu lebih banyak lansia dibandingkan anak-anak usia 1-14 tahun. Berdasarkan survei masyarakat di Jepang, didapatkan sekitar 30% usia lanjut yang berumur >75 tahun, setiap tahunnya mengalami jatuh. Separuh dari angka tersebut mengalami jatuh berulang (Deniro, dkk, 2017).

Insiden jatuh di Indonesia, tercatat dari 115 penghuni panti sebanyak 30 orang lansia (43,47%) mengalami jatuh (Ashar, dkk, 2016). Berdasarkan survei demografi Tahun 2016, memperkirakan jumlah lansia di Indonesia mencapai 15 juta jiwa (7,56 %) dari jumlah penduduk. Peningkatan jumlah usia lanjut diperkirakan diikuti dengan peningkatan usia harapan hidup dari usia 59.8 tahun pada tahun 2017 menjadi 71.7 tahun pada tahun 2020 (Kemenkes RI, 2017).

Proses penuaan secara alami akan disertai dengan terjadinya penurunan fungsi tubuh baik fungsi fisik maupun psikis. Penurunan fungsi tubuh pada lansia akan mengakibatkan terjadinya gangguan gerak dan fungsi lansia. Penurunan kekuatan otot akibat dari proses penuaan akan mempengaruhi kemampuan fungsional lansia khususnya kemampuan dalam hal mobilitas seperti penurunan kecepatan berjalan, penurunan keseimbangan tubuh dan meningkatnya risiko jatuh. Hal ini mendasari bahwa ketika kemampuan fungsional seseorang menurun maka dapat meningkatkan risiko jatuh pada orang tersebut (Paramitha dan Purnawati, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Paramitha dan Purnawati (2017) menyebutkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kemampuan fungsional dengan risiko jatuh pada lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Abiansemal II Badung. Penelitian ini didukung oleh penelitian Mulyorini (2014) menyatakan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia, dimana semakin tinggi aktivitas fisik maka semakin rendah risiko jatuh yang dimiliki. Bagi lansia yang tidak mampu melakukan aktivitas secara mandiri bantuan dari orang lain sangat diperlukan.

Berdasarkan survey awal di poli penyakit dalam RSUD Wulan Windy Medan Marelan didapatkan bahwa pada Tahun 2021 terdapat pasien lansia yang berobat sebanyak 256 orang. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada 10 orang lansia dengan umur 60-71 tahun 2 orang diantaranya mengatakan sudah pernah jatuh didalam kamar mandi rumahnya, 2 orang menyebutkan hampir jatuh di tangga rumahnya dan 2 orang lansia menyebutkan baru-baru ini pernah jatuh dari kendaraan bermotor yang dipakainya. Sedangkan 4 orang diantaranya mengatakan sampai saat ini belum pernah jatuh.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik ingin melakukan penelitian tentang "Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSUD Wulan Windy Medan Marelan Tahun 2021".

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *descriptive correlation* dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berkunjung ke poli penyakit dalam RSUD Wulan Windy sebanyak 28 orang lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* selama 2 minggu sehingga jumlah sampel sebanyak 20 orang. Penelitian ini diuji menggunakan *chisquare*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden yang diteliti dalam penelitian ini meliputi: Umur (60-74 Tahun), jenis kelamin (laki-laki dan perempuan), pekerjaan (wiraswasta, pensiunan dan tidak bekerja), dan pendidikan (SD, SMP dan SMA) dapat dilihat pada tabel 1 :

Tabel1. Karakteristik Responden di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Umur Responden		
	60-65 Tahun	7	35,0
	66-70 Tahun	11	55,0
	>71 Tahun	2	10,0
	Jumlah	20	100,0
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	13	65,0
	Perempuan	7	35,0
	Jumlah	20	100,0
3	Pekerjaan Responden		
	Wiraswasta	8	40,0
	Tidak Bekerja	10	50,0
	Pensiunan	2	10,0
	Jumlah	20	100,0
4	Pendidikan		
	SD	4	20,0
	SMP	14	70,0
	SMA	2	10,0
	Jumlah	20	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat dari 20 lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021 dapat dilihat bahwa umur lansia sebagian besar adalah umur 66-70 sebanyak 11 orang (55%), jenis kelamin adalah laki-laki sebanyak 13 orang (65%), pekerjaan lansia sebagian besar adalah tidak bekerja sebanyak 10 orang (50%) dan pendidikan lansia adalah SMP sebanyak 14 orang (70%).

Distribusi Frekuensi Kemampuan Fungsional Lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

Untuk melihat hasil frekuensi kemampuan fungsional lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021 dapat dijabarkan pada Tabel 4.2 :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kemampuan Fungsional Lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

Kemampuan Fungsional	Frekuensi (f)	%
Ketergantungan Total	0	0
Ketergantungan Sebagian	7	35,0
Mandiri	13	65,0
Jumlah	20	100

Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar kemampuan fungsional lansia *Elderly* dengan kategori mandiri sebanyak 13 orang (65%) dan tidak ditemukan lansia dengan kategori ketergantungan total.

Distribusi Frekuensi Risiko Jatuh Lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

Untuk melihat Distribusi Frekuensi risiko jatuh pada lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021 dapat dijabarkan pada tabel 3 :

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Risiko Jatuh Lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

Risiko Jatuh	Frekuensi (f)	%
Risiko Jatuh Tinggi	1	5,0
Risiko Jatuh Ringan	8	40,0
Tidak Beresiko Jatuh	11	55,0
Jumlah	20	100

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar lansia *Elderly* tidak beresiko jatuh di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021 yaitu sebanyak 11 orang (55%) dan terdapat 1 orang (5%) dengan kategori risiko jatuh tinggi.

Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSU Wulan Windy Medan Marelan Marelan Tahun 2021

Untuk melihat Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSU Wulan Windy Medan Marelan Marelan Tahun 2019 dapat dilihat pada Tabel 4 :

Tabel 4. Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSU Wulan Windy Medan Marelan Marelan Tahun 2021

No	Kemampuan Fungsional	Risiko Jatuh pada Lansia <i>Elderly</i>						Total		Nilai P
		Risiko Tinggi		Risiko Ringan		Tidak Beresiko		N	%	
		F	%	F	%	F	%			
1	Ketergantungan Total	0	0	0	0	0	0	0	0	0,023
2	Ketergantungan Sebagian	1	14,3	5	71,4	1	14,3	7	100,0	
3	Mandiri	0	0	3	23,1	10	76,9	13	100,0	
Total		1	5,0	8	40,0	11	55,0	20	100,0	

Berdasarkan Tabel 4 di atas dapat dilihat bahwa dari 20 lansia *Elderly* terdapat 10 orang lansia (76,9%) dengan kemampuan fungsional kategori mandiri yang tidak beresiko jatuh pada lansia dan 5 orang lansia (71,4%) dengan kemampuan fungsional kategori ketergantungan sebagian dengan risiko jatuh kategori sedang.

Kemudian berdasarkan hasil uji *chi square* didapat nilai $p=0,023 < \alpha=0,05$ maka H_0 ditolak artinya terdapat Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSU Wulan Windy Medan Marelan Marelan Tahun 2021.

PEMBAHASAN

Kemampuan Fungsional Lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

Hasil penelitian yang didapat bahwa sebagian besar kemampuan fungsional lansia dengan kategori mandiri sebanyak 13 orang (65%) dan tidak ditemukan lansia dengan kategori ketergantungan total. Lansia yang mampu melakukan aktivitas sehari-harinya dengan mandiri merupakan lansia yang memiliki kemampuan fungsional yang baik dan dapat melakukan aktivitas fisik lebih banyak dibandingkan dengan lansia yang memiliki ketergantungan. Dengan melakukan aktivitas fisik dapat meningkatkan keseimbangan tubuh, kekuatan otot dan memperkuat sendi sehingga dapat membantu lansia untuk terhindar dari risiko jatuh (Nurkuncoro, 2015).

Kemampuan fungsional lansia dapat diukur berdasarkan kemampuan lansia untuk menggunakan kapasitas fisik yang dimiliki, guna memenuhi kewajiban kehidupannya yang berinteraksi atau berinteraksi dengan lingkungan dimana ia berada. Sedangkan ketidakmampuan fungsional adalah suatu ketidakmampuan melaksanakan suatu aktivitas atau kegiatan tertentu

sebagaimana layaknya orang normal yang disebabkan oleh kondisi kehilangan atau ketidakmampuan baik psikologis, fisiologis, maupun kelainan struktur atau fungsi *anatomis* (Wibowo, dkk, 2017).

Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021

Hasil penelitian yang didapat bahwa sebagian besar lansia tidak beresiko jatuh di Rumah Sakit Wulan Windy Tahun 2021 yaitu sebanyak 11 orang (55%) dan terdapat 1 orang (5%) dengan kategori risiko jatuh tinggi. Jatuh dan konsekuensinya adalah masalah kesehatan utama dalam populasi lansia. Dampak yang muncul apabila seseorang terjatuh yaitu keterbatasan fisik, cedera, patah tulang, dan dapat menimbulkan kematian.

Pencegahan risiko jatuh dapat diminimalisir dengan memperhatikan keseimbangan tubuh lansia. Selain itu lansia yang sehat dan bugar adalah lansia yang memiliki kemampuan fungsional yang baik (Febriyanti dan Fitriyani, 2013).

Risiko jatuh adalah kejadian yang kurang menyenangkan atau merugikan atau membahayakan yang mengakibatkan pasien menjadi turun atau meluncur ketempat yang lebih rendah yang disebabkan oleh faktor ekstrinsik (lingkungan) dan faktor intrinsik (fisiologi) sehingga dapat menyebabkan bahaya fisik atau cedera dan gangguan kesadaran (Wilkinson, 2011).

Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSU Wulan Windy Medan Marelان Marelان Tahun 2021

Hasil penelitian yang didapat bahwa kemampuan fungsional kategori ketergantungan sebagian dengan risiko jatuh kategori sedang. Kemudian berdasarkan hasil uji *chi square* didapat nilai $p=0,023 < \alpha=0,05$ maka H_0 ditolak artinya terdapat Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia di RSU Wulan Windy Medan Marelان Marelان Tahun 2021. Menurut Asumsi peneliti bahwa kemampuan fungsional berbanding terbalik dengan risiko jatuh pada lansia. Artinya semakin baik kemampuan fungsional lansia maka akan semakin kecil kemungkinan kejadian risiko jatuh pada lansia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Paramitha dan Purnawati (2017) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan fungsional dengan risiko jatuh pada lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Abiansemal II Badung. Kemudian didukung oleh Penelitian Sari (2015) menyebutkan bahwa dimana kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari mempunyai hubungan yang signifikan dengan risiko jatuh pada lansia. Hubungan ini menunjukkan apabila tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia semakin meningkat maka risiko jatuh semakin menurun. Selanjutnya didukung oleh Dsouza dkk (2014) yang menyebutkan bahwa ketika kemampuan fungsional seseorang menurun maka dapat meningkatkan risiko jatuh pada orang tersebut. Hubungan ini menunjukkan apabila tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari pada lansia semakin meningkat maka risiko jatuh semakin meningkat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu kemampuan fungsional lansia *elderly* dengan kategori mandiri, dan risiko jatuh lansia dengan kategori tidak berisiko jatuh. Berdasarkan hasil uji *chisquare* dapat disimpulkan bahwa Terdapat Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia *Elderly* di RSU Wulan Windy Medan Marelان Marelان Tahun 2021 dengan nilai $p=0,023 < \alpha=0,05$.

Saran dalam penelitian ini yaitu diharapkan Rumah Sakit Wulan Windy terus berupaya memaksimalkan pelayanannya khususnya pada lansia untuk dapat meminimalkan risiko jatuh pada lansia *Elderly*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afidah, F.S, Dewi, Y.S dan Hadhisuryatmana, S. 2017. *Studi Risiko Jatuh Melalui Pemeriksaan Dynamic Gait Index (DGI) pada Lansia di Panti Werdha Hargodedali Surabaya*. Indonesian Journal Of Community Health Nursing. Fakultas Keperawatan: Unair.
- Denior, A, J, N, Sulistiawati, N dan Widajanti, N. 2017. *Hubungan antara Usia dan Aktivitas Sehari-hari dengan Risiko Jatuh Pasien Instalasi Rawat Jalan Geriatri*. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, Vol. 4, No. 4, 2017.
- Dsouza, S. A., Rajashekar, B., Dsouza, H. S., Kumar, K. B. 2014. *Falls in Indian older adults: a barrier to active ageing*. Asian Journal of Gerontology & Geriatrics. 9(1), 33-40.
- Febriyanti, A., dan Fitriyani, P. 2013. *Hubungan antara Keaktifan Mengikuti Senam Lansia dengan Keseimbangan Tubuh Lansia*. Jurnal Keperawatan Indonesia. Jakarta; Universitas Indonesia.
- Kemenkes R. I. 2017. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Komunitas.
- Mulyorini, N. I. 2014. *Hubungan Aktifitas Fisik dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Desa Margoagung Seyegan Sleman Yogyakarta*. Tesis Universitas Gajah Mada. Yogyakarta.
- Nurkuncoro, I. D. *Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Budhi Luhur Kasongan*. Naskah Publikasi STIKES AISYIYAH. Bantul, Yogyakarta :
- Paramitha, P, A, S dan Purnawati, S. 2017. *Hubungan Kemampuan Fungsional dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Abiansemal II Bandung*. Jurnal Medika, Denpasar: Universitas Udayana.
- Sari, Y. P. 2015. *Hubungan Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-Hari dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta*. Naskah Publikasi STIKES AISYIYAH. Bantul, Yogyakarta :
- Stanley, M dan Beare, P. G. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Wibowo, E, dkk, 2017. *Penambahan Kinesiotaping pada Latihan Quadriceps Setting Meningkatkan Kemampuan Fungsional Penderita Osteoarthritis Sendi Lutu*. Sport and Fitness Journal. Vol. 5 Nomor 3. ISSN : 2302-688X. Universitas Udayana, Bali :
- Wilkinson, J. M. 2011. *Buku Saku Diagnosis Keperawatan: Diagnosis NANDA, Intervensi NIC, Kriteria Hasil NOC*. Edisi 9. Jakarta: EGC.