P-ISSN : 2088-6012

E-ISSN : 2598-8492

JURNAL ILMU KEPERAWATAN (*Journal of Nursing Science*)

CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY WITH PREECLAMPSIA IN PREGNANT WOMEN IN WORKAREA OF TEMPUREJO PUBLIC HEALTH CENTER, JEMBER
Desi Trisari, Dini Kurniawati, Peni Perdani..... 112-122

THE EFFECT OF SPIRITUALITY ON THE SYNDROME OF BURN OUT AND NURSE TURNOVER INTENTION AT THE ISLAMIC HOSPITAL OF GONDANGLEGI MALANG
Hari Dwi Suharsono, Nikma Fitriarsi, Anggi Gilang Y., Faritz Subiyaktoro Putra..... 123-132

RELATIONSHIP BETWEEN LEVEL OF DISASTER KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF LANDSLIDE DISASTER PREPAREDNESS IN VOLUNTEERS "KELURAHAN TANGGUH" IN MALANG CITY
Ika Setyo Rini, Niko Dima Kristianingrum, Rizka Widyastikasari..... 133-144

COMPARISON OF NATIONAL EARLY WARNING SCORE (NEWS) AND REVISED TRAUMA SCORE (RTS) IN THE OUTCOME PREDICTION OF HEAD INJURY PATIENTS
Iseu Mapagresuka, Abdurahman Wahid, Ifa Hafifah..... 145-159

LITERATURE STUDY: VALIDITY AND RELIABILITY TEST OF MASLACH INSTRUMENTS BURNOUT INVENTORY-HUMAN SERVICES SURVEY (MBI-HSS) IN NURSES IN SEVERAL COUNTRIES
Liza Fauzia, Kadek Ayu Erika, Andi Masyitha Irwan..... 160-166

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ABILITY TO PERFORM ACTIVITIES OF DAILY LIVING WITH RISK FOR FALLS AMONG OLDER ADULTS IN TRESNA WERDHA SOCIAL SERVICE BANYUWANGI
Luthfi Fadlilatun Nisa, Latifa Aini, Kholid Rosyidi..... 167-175

THE ROLE OF CULTURE ON COMMUNITY PERCEPTION ABOUT MENTAL DISORDER
Maria Julieta Esperanca Naibili, Erna Rochmawati..... 176-186

OVERVIEW OF THE COPING STRATEGY OF FARMERS IN THE FLOOD DISASTER AREA OF WONOASRI VILLAGE, TEMPUREJO DISTRICT, JEMBER REGENCY
Emi Wuri Wuryaningsih, Enggal Hadi Kurniyawan, Wahyuni Murti Faiza..... 187-194

JURNAL ILMU KEPERAWATAN

(Journal of Nursing Science)

Volume 7 No. 2, November 2019

SUSUNAN REDAKSI JURNAL ILMU KEPERAWATAN

Editor Kepala

Ns. Bintari Ratih K., M.Kep

Penyunting/Editor

Ns. Shila Wisnasari, S.Kep., M.Biomed

Desain Grafis

Ns. Mifetika Lukitasari, S.Kep., M.Sc

Sekretariat

Ns. Elvira Sari Dewi, S.Kep., M.Biomed

Alamat Redaksi

Gedung Biomedik Lt. 2

Fakultas Kedokteran Universitas
Brawijaya

Jalan Veteran Malang 65145

Telepon (0341) 551611, 569117,
567192

Pesawat 126;

Fax (62) (0341) 564755

Email: jik@ub.ac.id

Website: www.jik.ub.ac.id

DAFTAR ISI

CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY WITH PREECLAMPSIA
IN PREGNANT WOMEN IN WORK AREA OF TEMPUREJO PUBLIC
HEALTH CENTER, JEMBER

Desi Trisari, Dini Kurniawati, Peni Perdani.....112-122

THE EFFECT OF SPIRITUALITY ON THE SYNDROME OF BURN OUT
AND NURSE TURNOVER INTENTION AT THE ISLAMIC HOSPITAL OF
GONDANGLEGI MALANG

*Hari Dwi Suharsono, Nikma Fitriarsi, Anggi Gilang Yudiansyah, Faritz
Subiyaktoro Putra.....123-132*

RELATIONSHIP BETWEEN LEVEL OF DISASTER KNOWLEDGE
AND ATTITUDE OF LANDSLIDE DISASTER PREPAREDNESS IN
VOLUNTEERS "KELURAHAN TANGGUH" IN MALANG CITY

Ika Setyo Rini, Niko Dima Kristianingrum, Rizka Widyastikasari.....133-144

COMPARISON OF NATIONAL EARLY WARNING SCORE (NEWS) AND
REVISED TRAUMA SCORE (RTS) IN THE OUTCOME PREDICTION OF
HEAD INJURY PATIENTS

Iseu Mapagresuka, Abdurahman Wahid, Ifa Hafifah.....145-159

LITERATURE STUDY: VALIDITY AND RELIABILITY TEST OF MASLACH
INSTRUMENTS BURNOUT INVENTORY-HUMAN SERVICES SURVEY
(MBI-HSS) IN NURSES IN SEVERAL COUNTRIES

Liza Fauzia, Kadek Ayu Erika, Andi Masyitha Irwan.....160-166

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ABILITY TO PERFORM ACTIVITIES
OF DAILY LIVING WITH RISK FOR FALLS AMONG OLDER ADULTS IN
TRESNA WERDHA SOCIAL SERVICE BANYUWANGI

Luthfi Fadlilatun Nisa, Latifa Aini, Kholid Rosyidi.....167-175

THE ROLE OF CULTURE ON COMMUNITY PERCEPTION ABOUT
MENTAL DISORDER

Maria Julieta Esperanca Naibili, Erna Rochmawati.....176-186

OVERVIEW OF THE COPING STRATEGY OF FARMERS IN THE FLOOD
DISASTER AREA OF WONOASRI VILLAGE, TEMPUREJO DISTRICT,
JEMBER REGENCY

Emi Wuri Wuryaningsih, Enggal Hadi K., Wahyuni Murti Faiza.....187-194

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ABILITY TO PERFORM ACTIVITIES OF DAILY LIVING WITH RISK FOR FALLS AMONG OLDER ADULTS IN TRESNA WERDHA SOCIAL SERVICE BANYUWANGI

Luthfi Fadlilatun Nisa¹, Latifa Aini¹, Kholid Rosyidi¹

Magister Keperawatan, Fakultas Pascasarjana, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

ABSTRACT

The increasing number of older adults makes them less productive which causes a decline in their independence to perform the activities of daily living. One of the physical problems that cause morbidity and mortality among older adults is falling. The purpose of this research was to analyze the relationship between the ability to perform activities of daily living and risk for falls among older adults in Tresna Werdha Banyuwangi. This research applied description correlational design and cross-sectional approach. The subjects of this research were 71 older adults. The sample was taken using purposive sampling which was comprised of 65 older adults that fulfilled inclusion criteria. Katz Index, Morse Fall Scale (MFS), and observation sheet were used to collect the data. Data collected were analyzed using the chi-square test. The result on the older adult's ability in performing activities of daily living showed that 17 older adults (26,1%) were categorized as the mild and mildest dependent with a low and high risk of falls with p-value 0,002 ($p < \alpha = 0,05$) which suggested that there was a relationship between the ability to perform activities of daily living and risk for falls. Medical staffs are expected to provide nursing care in addressing risk for falls, providing ambulatory aid to help to maintain balance while walking, teaching the patients what to do when they fall, so they don't suffer a serious injury, by monitoring the movement, and by holding a routine physical program.

Keyword: older adults, activities of daily living, risk of fall

ABSTRAK

Meningkatnya jumlah lansia menyebabkan penurunan produktivitas yang menyebabkan mereka mengalami penurunan kemandirian dalam memenuhi aktivitas sehari-hari. Salah satu masalah fisik yang sering mengakibatkan morbiditas serta mortalitas pada usia lanjut adalah jatuh. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di Unit Pelayanan Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Banyuwangi. Penelitian ini akan menggunakan jenis penelitian *deskripsi korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Objek penelitian ini dengan jumlah populasi 71 lansia. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling* yang mana seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi 65 lansia. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi Indeks Katz dan *Morse fall scale* (MFS). Analisa data menggunakan uji *chi square*. Hasil kemampuan aktivitas sehari-hari dalam melakukan kegiatan sehari-hari menunjukkan bahwa 17 lansia (26,1%) di kategorikan ketergantungan paling ringan-ketergantungan ringan berisiko jatuh rendah dan risiko jatuh tinggi. Uji *chi Square* menghasilkan nilai $p = 0,002$ ($p < \alpha = 0,05$) yang berarti ada hubungan antara kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh. Tenaga kesehatan diharapkan memberikan asuhan keperawatan dalam menangani risiko jatuh pada lansia seperti identifikasi lingkungan yang dapat menyebabkan jatuh, sediakan alat bantu untuk menyeimbangkan gaya berjalan, ajarkan pasien bagaimana jika jatuh, agar tidak cidera serius, memonitor untuk berpindah, menyediakan pencahayaan yang cukup untuk dalam meningkatkan pandangan lansia agar tidak jatuh dan lakukan program latihan fisik rutin.

Kata kunci: lansia, aktivitas sehari-hari, risiko jatuh

Jurnal Ilmu Keperawatan Vol. 7 No. 2. November 2019 Korespondensi: Luthfi Fadlilatun Nisa. Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Jl. Kalimantan 37 Jember, 68121. Email luthfi.fadlilatun@yahoo.com. 082232706741. Doi 10.21776/ub.jik.2019.007.02.6

PENDAHULUAN

Proses menua merupakan suatu proses sepanjang hidup lansia yang tidak hanya dimulai dari waktu tertentu saja melainkan di mulai sejak awal kehidupan, jadi menua bukanlah sebuah penyakit, akan tetapi menua merupakan sebuah proses dalam tubuh manusia yang ditandai perubahan dengan daya tahan tubuh yang berkurang terhadap suatu rangsangan dari dalam tubuh maupun dari luar tubuh (Nugroho, 2008). Berdasarkan data kemenkes RI tahun 2016 presentase penduduk lansia di Indonesia tahun 2010 mencapai 7,6% dari penduduk indonesia, pada tahun 2015 meningkat menjadi 8,5%. Diprediksi pada tahun 2020 mencapai 10,0%, pada tahun 2025 meningkat menjadi 11,8% dan terus mengalami peningkatan pada tahun 2030 sebesar 13,8%. Profil penduduk lanjut usia Jawa Timur tahun 2016 diperoleh hasil semua kabupaten/kota memiliki penduduk lansia di atas 7%, sedangkan pada daerah Banyuwangi diperoleh data lansia disesuaikan dari rentang usia memiliki jumlah 8,69% pada usia 60-69 tahun, 3,83% pada usia 70-79 tahun (Badan Pusat Statistika Jawa Timur, 2016).

Proses penuaan dapat menimbulkan berbagai masalah fisik, biologis, mental dan sosial ekonomis (Nugroho, 2008). Salah satu masalah fisik yang sering mengakibatkan morbiditas serta mortalitas pada usia lanjut adalah jatuh (Deniro dkk., 2017). Negara Indonesia sendiri tercatat bahwa lansia dengan usia 65 tahun mengalami jatuh setiap tahunnya yaitu sekitar 28-35% dan meningkat pada usia 70 tahun dengan prevalensi sebanyak 32-42% (Kemenkes RI, 2013). Aktivitas sehari-hari dan lingkungan merupakan faktor yang berperan terhadap terjadinya jatuh kemampuan dalam beraktivitas sehari-hari sangat penting dilakukan

untuk mengetahui tingkat kemandirian pada lansia dan untuk mengetahui apakah lansia memiliki hambatan dalam melaksanakan fungsi kesehariannya (Maryam, 2008). Memelihara dan meningkatkan agar bisa hidup secara produktif sesuai kemampuannya lansia sangat diperlukan perhatian, khususnya untuk melakukan aktivitas sehari-hari atau biasa disebut Activities of Daily Living (ADL) merupakan aktivitas penting untuk perawatan diri (Nugroho, 2008). ADL meliputi mandi, berpakaian, ke kamar kecil, berpindah, kontinen dan makan (Padila, 2013).

Berdasarkan data dan fenomena diatas peneliti akan meneliti "Hubungan Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di Unit Pelayanan Teknik Pelayanan Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Banyuwangi".

METODE

Penelitian ini akan menggunakan jenis penelitian deskripsi korelasi dengan pendekatan cross sectional. Objek penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti Werdha Kabupaten Banyuwangi dengan jumlah populasi 71 orang. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah purposive sampling yang mana seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 65 orang yang menjadi responden penelitian.

Penelitian ini dilakukan di Unit Pelayanan Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Banyuwangi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Indeks Katz untuk melihat aktivitas sehari-hari dan koesioner Morse fall scalle (MFS) untuk melihat risiko jatuh pada tanggal 22 – 27 April 2019. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini uji chi-square.

HASIL

Tabel 1 : Karakteristik Lansia Berdasarkan Usia Lansia (n= 65)

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Usia	73,35	7,25	60-92

Sumber : Data Primer, April 2019

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa nilai tengah usia responden 73,35 tahun dengan usia terendah 60 tahun dan usia tertinggi 92 tahun dengan standart deviasi 7,25.

Tabel 2 : Karakteristik Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin dan Status Pendidikan Terakhir Lansia (n=65)

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki –laki	27	41,5
Perempuan	38	58,5
Status Pendidikan		
Tidak sekolah	31	47,7
SD	20	30,8
SMP	9	13,8
SMA	3	4,6
Sarjana	2	3,1

Sumber : Data Primer, April 2019

Dari total 65 responden, lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari pada laki-laki jumlah lansia laki-laki adalah 27 orang (41,5%) dan jumlah lansia perempuan 38 lansia (58,5%). Pendidikan terakhir lansia paling banyak tidak sekolah sejumlah 31 lansia (47,7%) (Tabel 2).

Presentase lansia dalam kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari yang memiliki kemandirian paling tinggi terdapat pada indikator makan sebanyak 62 lansia (95,4%) dan indikator ketergantungan paling tinggi pada indikator berpindah sejumlah 31 lansia (47,7) (Tabel 3). Tabel 4 menunjukan bahwa

lansia di UPT PSTW Banyuwangi lebih banyak dalam kategori mandiri, yaitu sejumlah 31 lansia (47,7%) dan paling rendah pada kategori tergantungan sedang 1 lansia (1,5%).

Tabel 3: Indikator Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari pada Lansia (n=65)

Indikator Kemampuan Aktivitas Sehari-hari	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
1. Makan		
a. Tergantung	3	4,6
b. Mandiri	62	95,4
2. Kontinen		
a. Tergantung	23	35,4
b. Tergantung	42	64,6
3. Mandi		
a. Tergantung	17	26,2
b. Tergantung	48	73,8
4. Toileting		
a. Tergantung	16	24,6
b. Tergantung	49	75,4
5. Berpakaian		
a. Tergantung	12	18,5
b. Tergantung	53	81,5
6. Berpindah		
a. Tergantung	31	47,7
b. Tergantung	34	52,3

Sumber: Data primer, April 2019

Tabel 4: Distribusi Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari pada Lansia (n=65)

Variabel	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
1. Tergantung penuh	2	3,1
2. Tergantung Paling berat	9	13,8
3. Tergantung berat	4	6,2
4. Tergantung sedang	1	1,5
5. Tergantung ringan	2	3,1
6. Tergantung paling ringan	16	24,6
7. Mandiri	31	47,7
Total	65	100

Sumber: Data primer, April 2019

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa lansia di UPT PSTW Banyuwangi bahwa presentase lansia dalam risiko jatuh yang

memiliki risiko paling tinggi pada indikator riwayat penyakit sekunder sebanyak 50 lansia (76,9%) dan presentasi yang paling rendah pada terpasang intravena sebanyak 0 lansia (0%). Tabel 6 menunjukkan bahwa lansia di UPT PSTW Banyuwangi lebih banyak dalam kategori risiko jatuh rendah sebanyak 26 lansia 40,0%.

Berdasarkan hasil perhitungan uji statistik dengan menggunakan uji chi square didapatkan nilai p value 0,002. Nilai p value $0,002 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di Unit Pelayanan Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha (UPT PSTW) Banyuwangi (Tabel 7).

Tabel 5: Indikator Risiko Jatuh pada Lansia (n=65)

Indikator Risiko Jatuh	Frekuensi (Orang)	Presentase %
Riwayat Jatuh		
Iya	37	56,9
Tidak	28	43,1
Diagnosa sekunder lebih dari satu penyakit		
Iya	50	76,9
Tidak	15	23,1
Alat Bantu Jalan		
a. Tidak ada/Bed rest / dibantu perawat	38	58,5
b. Kruk / tongkat / walker	11	16,9
c. Berpegangan pada benda (kursi, lemari, meja)	16	24,6
Terpasang terapi IV		
Iya	0	0
Tidak	65	100
Gaya berjalan / Berpindah		
a. Normal/ bed rest/ immobile	37	56,9
b. Lemah (tidak bertenaga)	17	26,2
c. Gangguan / tidak normal	11	16,9
Status Mental		
a. Lansia Menyadari Kondisinya	50	76,9
b. Lansia Mengalami keterbatasan daya ingat	15	23,1

Tabel 6: Distribusi Risiko Jatuh pada Lansia (n=65)

Variabel	Frekuensi (Orang)	Presentase
Risiko Jatuh		
1. Tidak risiko jatuh	23	35,4
2. Risiko jatuh rendah	26	40,0
3. Risiko jatuh tinggi	16	24,6
Total	65	100

Tabel 7: Hubungan Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari dengan Risiko Jatuh pada Lansia (n=65)

Kemampuan Pemenuhan Aktivitas	Risiko Jatuh						p-value
	Tidak		Rendah-Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	
a. Tergantung penuh-sedang							0,002
b. Tergantung ringan dan paling ringan							
c. Mandiri							
Total	23	35,3	42	64,5	65	100	

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

a. Umur

Hasil penelitian menunjukkan nilai tengah usia responden adalah 73,35 tahun, umur terendah 60 tahun dan umur tertinggi 92 tahun. Rata-rata umur lansia di Unit Pelayanan Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kabupaten Banyuwangi merupakan lansia (*elderly*) dengan rentang usia 60-74. Perubahan muskuloskeletal, normal terjadi pada lansia berumur 60 tahun. Meliputi penurunan tinggi badan, redistribusi masa otot dan subkutan. Peningkatan porositas tulang, atrofi otot, pergerakan lambat, pengurangan kekuatan dan kekakuan sendi-sendi yang dapat mengakibatkan perubahan penampilan, kelemahan, dan lambatnya

pergerakan yang menyertai proses penuaan (Stanley & Beare, 2006).

Lansia mengalami penurunan fungsi tersebut lansia di panti werdha banyuwangi banyak yang masih dalam kategori mandiri, hal ini didukung dengan lansia yang tinggal di panti selalu aktif dalam melakukan kegiatan yang sudah dijadwalkan pengajian, bimbingan rekreatif, senam lansia dan olahraga untuk menyehatkan, memperoleh kepercayaan yang tinggi membuat lansia mandiri.

b. Jenis Kelamin dan Pendidikan Terakhir

Hasil penelitian menurut jenis kelamin menunjukkan jumlah lansia perempuan lebih banyak dibandingkan dengan jumlah lansia laki-laki. Diperoleh data dari pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI, lansia penduduk lansia di Indonesia paling banyak adalah perempuan dengan jumlah persentasi lansia perempuan 54% dan lansia laki-laki 46% (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Ediawati (2012) responden lansia berjenis kelamin perempuan yaitu 83 lansia (58%) bahwa berdasarkan hasil analisa jenis kelamin terhadap tingkat kemandirian menunjukkan bahwa responden lansia laki-laki memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan responden lansia perempuan. Penelitian yang dilakukan tentang hubungan fungsi kognitif dengan risiko jatuh pada lanjut usia di PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta karakteristik demografi berdasarkan dengan jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan dengan jumlah 20 lansia (66,7%) (Rahayu, 2014). Hasil penelitian serupa terkait gambaran tentang faktor resiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budhi Mulia 4 Margaguna jenis kelamin sebagian besar perempuan 22 lansia (57,9%) (Ashar, 2016).

Perempuan lebih berisiko jatuh dibanding dengan laki-laki secara klinis, hal ini dikarenakan lansia perempuan kekurangan estrogen menyebabkan osteoclastogenesis menurun dan terjadi kehilangan masa tulang, akan berdampak pada perubahan postur tubuh yang mengakibatkan peningkatan risiko jatuh (Susilo dkk., 2017).

Hasil Penelitian lansia dalam kategori mandiri perempuan sebanyak 16 lansia dan laki-laki 17 lansia. Lansia berjenis kelamin perempuan mempunyai tingkat kemandirian ADL lebih rendah yang disebabkan karena lansia berjenis kelamin perempuan banyak mengalami kelemahan sehingga mempengaruhi kemandirian ADL. Berbeda dengan lansia berjenis kelamin laki-laki yang memiliki tingkat kemandirian ADL lebih tinggi, hal ini disebabkan karena lansia berjenis kelamin laki-laki cenderung mempunyai kekuatan fisik lebih baik dibandingkan dengan perempuan. Hasil penelitian yang didapatkan di panti werdha Banyuwangi perempuan lebih berisiko jatuh sebanyak 28 lansia (43,1%) daripada laki-laki sebanyak 13 lansia (20%) dikarenakan penyakit yang diderita lansia dan gaya berjalan atau berpindah yang salah.

Hasil dari penelitian ini menurut pendidikan terakhir kebanyakan lansia di panti memiliki tingkat pendidikan tidak sekolah atau hanya lulusan SD. Menurut WHO (2007) menyebutkan salah satu penyebab dari jatuh adalah pendidikan rendah. Tingkat pendidikan responden menunjukkan bahwa adanya pengaruh dalam mendapatkan informasi tentang kesehatan. Pendidikan yang rendah menyebabkan lansia memiliki tingkat pengetahuan yang rendah serta sedikit pengetahuan tentang risiko jatuh seperti pencegahan atau penanggulangannya.

Dapat disimpulkan bahwa, semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin baik status kesehatannya. Sebaliknya makin rendah tingkat pendidikan seseorang maka makin buruk status kesehatannya.

Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari hari pada Lansia

Hasil presentase kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari lansia paling tinggi terdapat pada indikator makan 62 lansia (95,4%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sadi'yah (2018) sebagian besar lansia yang mandiri dalam makan sebanyak 96 lansia (93,2%). Indikator ketergantungan paling tinggi pada penelitian ini adalah indikator berpindah 31 lansia (47,7%). Mandiri merupakan kegiatan atau keadaan tanpa adanya pengawasan, pengarahan ataupun bantuan dari orang lain (Padila, 2013). Sebagian besar lansia yang tergantung dalam hal berpindah lansia tetap dapat melakukan pemenuhan aktivitas sehari-hari seperti makan, mandi, toileting, kontinen, berpakaian dengan mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari lansia mandiri.

Kemandirian lansia di panti dikarenakan adanya program pihak panti untuk mewajibkan lansia yang tinggal disana mengikuti kegiatan yang sudah dijadwalkan seperti pengajian, bimbingan rekreatif, senam lansia dan olahraga untuk menyehatkan, memperoleh kepercayaan yang tinggi membuat lansia mandiri. Pada indikator makan didapatkan 62 lansia (95,4%) mandiri dikarenakan lansia masih berusaha makan secara mandiri walaupun sudah tidak bisa memasukan lebih banyak nasi ke mulut dikarenakan penyakit ataupun kelemahan yang mereka miliki. Kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dapat menjadi dasar bagi

peran perawat dalam menentukan perawatan atau intervensi yang akan dilakukan terhadap lansia. Peran perawat pada lansia mandiri dapat memberikan dukungan kepada lansia agar lansia dapat terus mempertahankan kegiatan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-harinya secara mandiri. Lansia dengan ketergantungan sebagian peran perawat dapat membantu memenuhi kebutuhan harian lansia, peran perawat dapat memberikan dukungan untuk lansia mempertahankan kemandiriannya. Lansia dengan ketergantungan total peran perawat dapat membantu lansia dalam pemenuhan seluruh kebutuhan hariannya sesuai dengan kriteria yang ada dalam lembar observasi indeks katz.

Risiko Jatuh pada Lansia

Hasil analisis risiko jatuh dengan Morse Falls Scale pada lansia di UPT PSTW Banyuwangi 40,0% memiliki risiko jatuh rendah. Pernyataan ini diperkuat dari WHO 2007 menyatakan lansia yang tinggal di panti atau lembaga perawatan jangka panjang lebih sering mengalami jatuh. Perubahan fisik pada lansia terutama pada sistem muskuloskeletal redistribusi masa otot dan lemak subkutan, peningkatan porositas tulang, atrofi otot, pergerakan semakin lamban, pengurangan kekuatan dan kekuatan sendi merupakan faktor pencetus jatuh pada lansia (Stanley dan Beare, 2006). Penelitian lain menyebutkan semakin tua usia seseorang dapat menurunkan kondisi kesehatan salah satunya keseimbangan tubuh yang meningkatkan risiko jatuh (Safitri, dkk., 2016).

Jatuhnya lansia merupakan suatu masalah yang sering terjadi dan banyak faktor penyebabnya baik faktor intrinsik maupun ekstrinsik, untuk faktor intrinsik yaitu masalah gaya berjalan, lemahnya otot ekstermitas

bawah, kekakuan sendi, dan pusing. Faktor ekstrinsik antara lain lantai yang licin dan tidak rata, tersandung benda, penglihatan yang kurang dikarenakan pencahayaan yang kurang (Nugroho, 2008). Penatalaksanaan yang bisa dilakukan ketika jatuh adalah pencegahan primer, pencegahan sekunder dan pencegahan tersier (Stanley dan Beare, 2006).

Hasil analisis resiko jatuh dengan pada lansia di panti werdha Banyuwangi memiliki risiko jatuh rendah 26 lansia (40,0%) dan risiko jatuh tinggi 16 lansia (24,6%). Salah satu mengakibatkan jatuh adalah perubahan fisik pada lansia pada sistem muskuloskeletal dapat mengakibatkan kelemahan gerak, langkah pendek dan saat berdiri lansia mudah mengalami goyah (gampang jatuh). Tenaga kesehatan harus meminimalisir kejadian jatuh di panti werdha seperti mengidentifikasi perilaku serta faktor mempengaruhi jatuh, identifikasi lingkungan yang dapat menyebabkan jatuh, sediakan alat bantu untuk menyeimbangkan gaya berjalan, ajarkan pasien bagaimana jika jatuh, agar tidak cidera serius, memonitor untuk berpindah, menyediakan pencahayaan yang cukup untuk dalam meningkatkan pandangan lansia agar tidak jatuh, lakukan program latihan fisik rutin.

Hubungan Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari dengan Risiko Jatuh pada Lansia

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di panti werdha Banyuwangi. Masa lanjut usia merupakan tahap perkembangan terakhir dari siklus kehidupan manusia, dalam masa ini terjadi proses penuaan akibat dari perubahan-perubahan sel, fisiologis,

dan psikologis. Perubahan tersebut umumnya akan mengarah pada kemunduran kesehatan fisik yang berpengaruh pada aktivitas sehari-hari (Aspiani, 2014). Menurut Hardywinoto dan Setiabudhi, 2005 menyebutkan ada beberapa tahapan yang dapat dilakukan pada perawatan lanjut usia yang mengalami gangguan pemenuhan aktivitas sehari-hari mengukur fungsi menjalankan kegiatan sehari-hari pada waktu sekarang, menetapkan tujuan dan goal (pencapaian), menyusun rencana perawatan, melaksanakan rencana perawatan yang cocok, mengevaluasi. Lansia yang mandiri, lansia yang kondisinya sehat dalam arti luas masih mampu menjalankan kehidupan pribadinya (Kodri dan Rahmayati, 2016).

Salah satu tujuan perawatan lansia adalah memiliki kemandirian dan tidak bergantung pada orang lain yang mengarah pada kepuasan, kurang ketergantungan fisik, sikap kontrol diri yang lebih baik. Akibat bertambahnya usia kemampuan fisik dan mental perlahan menurun, pada akhirnya aktivitas sehari-hari akan berpengaruh ketegapan dan kesiapan seseorang, jatuh menyebabkan berbagai jenis cedera, kerusakan fisik dan psikologis (Nugroho, 2008). Aktivitas sehari-hari dapat memengaruhi tingkat kepuasan, kesejahteraan, dan kualitas hidup (Abbasian dkk., 2016). Sesuai dengan teori aktivitas yaitu lansia pada umumnya ingin mempertahankan kegiatan yang mereka lakukan dan dengan mempertahankan kegiatan tersebut dapat bermanfaat bagi lansia secara fisik maupun mental (Dombrowsky, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari lansia mandiri. Kemandirian tersebut merupakan suatu sikap lansia yang diperoleh secara kumulatif selama perkembangan dimana

individu akan terus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungan sehingga lansia mampu berfikir dan bertindak sendiri. Lansia dalam pemenuhan aktivitas sehari-harinya mandiri karena sebagian besar mereka berada pada kondisi sehat dalam arti luas masih mampu menjalankan kehidupan pribadinya (Kodri dan Rahmayati, 2016).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima yaitu ada hubungan antara kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh. Hasil penelitian pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh didapatkan setelah dilakukan pengabungan kategori menunjukan bahwa lansia di panti werdha Banyuwangi yang aktivitas sehari-harinya dalam kategori mandiri juga berisiko jatuh rendah dan tinggi yaitu sebanyak 14 lansia (21,5%). Lansia dengan kategori ketergantungan paling ringan – ketergantungan ringan yang memiliki risiko jatuh rendah dan tinggi yaitu sebanyak 17 lansia (26,1%). Lansia dalam kategori mandiri juga memiliki risiko jatuh dikarenakan adanya riwayat jatuh 3 bulan terakhir, penyakit sekunder (hipertensi, sesak nafas, gangguan mata, rheumatoid arthritis dan stroke), gaya berjalan dan berpindah yang salah akan memicu untuk terjadinya jatuh. Tingkat kemandirian yang di miliki lansia dengan kategori ketergantungan paling ringan-ketergantungan ringan cukup tinggi di panti werdha di sebabkan karena minimnya caregiver di panti tersebut maka memaksa lansia untuk tetap harus mandiri dalam memenuhi aktivitas

kemandiriannya dalam ADL.

Berdasarkan observasi peneliti banyak ditemukan lansia yang dalam kategori ketergantungan ringan dan paling ringan dalam berpindah lansia tetap berusaha mandiri untuk pergi ke toilet walaupun sudah tidak mampu untuk berjalan dengan normal dan memungkinkan risiko terjadinya jatuh saat beraktivitas. Masalah jatuh ini perlu adanya penanganan yang tepat agar lansia dari jatuh tidak terjatuh lagi seperti latihan keseimbangan dengan berdiri satu kaki dan peregangan pada kaki.

KESIMPULAN

Meningkatnya jumlah lansia menyebabkan penurunan produktivitas yang menyebabkan mereka mengalami penurunan kemandirian dalam memenuhi aktivitas sehari-hari. Salah satu masalah fisik yang sering mengakibatkan morbiditas serta mortalitas pada usia lanjut adalah jatuh. ada hubungan antara kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh. Tenaga kesehatan diharapkan memberikan asuhan keperawatan dalam menangani risiko jatuh pada lansia seperti identifikasi lingkungan yang dapat menyebabkan jatuh, sediakan alat bantu untuk menyeimbangkan gaya berjalan, ajarkan pasien bagaimana jika jatuh, agar tidak cidera serius, memonitor untuk berpindah, menyediakan pencahayaan yang cukup untuk dalam meningkatkan pandangan lansia agar tidak jatuh dan lakukan program latihan fisik rutin.

DAFTAR PUSTAKA

Abbasian et al. (2016). Status of Daily Living Activities among Older People in Maku. *Elderly Health Journal*. 2(2): 73-77.

Aspiani, R. Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: CV Trans Info Media.

- Ashar, P. (2016). Gambaran Tentang Faktor Resiko Jatuh pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budhi Mulia 4 Margaguna. *Skripsi*. Jakarta: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Syarif Hidayatullah.
- Badan Pusat Statitika Jawa Timur. (2016). *Profil Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta: Badan Pusat Statistika.
- Deniro et al. (2017). *Hubungan Antara Usia Dan Aktivitas Sehari-hari dengan Resiko Jatuh Pasien Instalasi Rawat Jalan Geriatri*. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia. 4(4):199-203.
- Dombrowsky, T. A. (2017). *Relationship Between Engagement And Level Of Functional Status in Older Adults*. SAGE Open Medicine. 5:1–9.
- Ediawati, E. (2012). Gambaran Tingkat Kemandirian dalam Activity Daily Of Living (ADL) dan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Wredha Budi Mulia 01 Dan 03 Jakarta Timur. *Skripsi*. Jakarta: Program Sarjana Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Hardywinoto dan Setiabudhi, T. (2005). *Panduan Gerontologi Tinjauan dari berbagai aspek*. Jakarta: Gramedia pustaka utama.
- Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Balitbang
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2017). Analisis Lansia di Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kodri dan Rahmayati. (2016). Faktor yang Berhubungan dengan Kemandirian Lansia dalam Melakukan Aktivitas Sehari-Hari. *Jurnal Keperawatan*. XII(1):81–89.
- Maryam, S. R, et al. (2008). *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nugroho, W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik Edisi 3*. Jakarta: EGC.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahayu, P. (2014). Hubungan Fungsi Kognitif dengan Risiko Jatuh pada Lanjut Usia di PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.
- Safitri, T. A. A., D. Purwandari., Y. Trisnawati. (2016). Hubungan Jenis Kelamin dan Usia dengan Risiko Jatuh pada Lansia. *Tesis*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Sa'diyah, N. (2018.) Hubungan Kemampuan Pemenuhan Aktivitas Sehari-hari dengan Tingkat Kesepian pada Lansia di UPT PSTW Jember. *Skripsi*. Jember: Fakultas Keperawatan.
- Stanley, M dan Beare, P. (2006). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Edisi 2. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Susilo, W., Y. Limyati, dan D. Gunawan. (2017). Risiko jatuh pada Lansia Meningkat dengan Bertambahnya Usia dan Jenis Kelamin. *Journal of Medicine and Health*. 1 (6): 569 – 574.
- WHO. (2007). *WHO Global Report Falls Prevention in Older Age*. Online http://www.who.int/ageing/publications/Falls_prevention7March.pdf?ua=1[Diakses 14 Mei 2019].