

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses penuaan pada lansia seringkali menyebabkan permasalahan kesehatan. Salah satu masalah utama dan termasuk *Geriatric Giant* adalah kejadian jatuh (Utomo, 2009). Jatuh dapat disebabkan oleh beberapa faktor instrinsik dan ekstrinsik. Akibat yang ditimbulkan dari ringan sampai berat seperti, cedera kepala, cedera jaringan lunak sampai patah tulang dan bahkan kematian. Kejadian jatuh dapat dicegah dengan memodifikasi lingkungan, latihan keseimbangan dan meningkatkan pengetahuan tentang resiko jatuh. Pengetahuan lansia dan keluarga akan mempengaruhi *self care managament* resiko jatuh dalam mencegah dan mengurangi angka kejadian jatuh pada lansia.

Studi pendahuluan pada bulan Mei 2015 di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya terdapat jumlah lansia beresiko jatuh sebanyak 15 orang. Hasil survei langsung ke rumah lansia peneliti menemukan 33,3% lansia termasuk dalam kategori resiko jatuh berat, 20% lansia termasuk dalam kategori resiko jatuh sedang dan 46,67% lansia termasuk kategori lansia resiko jatuh ringan serta 70% diantaranya memiliki pengetahuan yang kurang terhadap *self care management* mencegah jatuh di lingkungan rumahnya. Keluarga lansia mengatakan bahwa belum ada penanganan khusus dari petugas kesehatan terhadap pencegahan jatuh, baik melalui penyuluhan dan tindakan memantau langsung pada lansia di daerah tersebut. Lansia dan keluarga kurang mengetahui faktor-faktor penyebab jatuh, akibat dan cara-cara untuk mencegah jatuh pada lansia. Lansia dan keluarga perlu mendapatkan pendidikan kesehatan dengan

metode *role play* untuk meningkatkan *self care management* lansia dan keluarga dalam pencegahan resiko jatuh. Metode *role play* bisa menjadi salah satu pilihan pendidikan kesehatan dalam mencegah resiko jatuh pada lansia dengan belajar melihat, mendengarkan dan mengerjakan sesuatu yang sudah direncanakan sebelumnya, namun pengaruh metode *role play* dalam pencegahan resiko jatuh pada lansia belum dapat dijelaskan.

Sensus penduduk tahun 2012 menyebutkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia sekitar 18,55 juta orang atau 7,78% dari total penduduk Indonesia dan pada tahun 2020 diperkirakan jumlah penduduk lansia di Indonesia akan terus bertambah menjadi 28,8 juta jiwa (11,34%) dengan usia harapan hidup mencapai 71 tahun. Persentase penduduk lansia yang telah mencapai angka diatas 7% yang menunjukkan bahwa negara Indonesia sudah masuk kelompok negara berstruktur tua (*ageing population*) (Badan Pusat Statistik, 2012). Selama proses menua, lansia mempunyai resiko untuk jatuh. Kane, Ouslander dan Abras (1989) menyatakan bahwa salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah instabilitas yaitu berdiri dan berjalan tidak stabil atau mudah jatuh. Jatuh bukan merupakan proses normal dari penuaan. Miller menjelaskan sekitar 30% lansia yang tinggal di komunitas mengalami jatuh. Insidens jatuh setiap tahunnya di antara lansia yang tinggal di komunitas meningkat dari 25% pada usia 70 tahun menjadi 35% setelah berusia lebih dari 75 tahun, hal ini dapat meningkat disebabkan kejadian jatuh di komunitas mungkin tidak diketahui karena tidak ada yang melapor atau mungkin terlupakan (Stanley & Beare, 2007).

Jatuh adalah kejadian secara tiba-tiba dan tidak disengaja yang mengakibatkan seseorang mendadak terbaring atau terduduk di lantai. Jatuh

dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor yang berasal dari dalam tubuh seseorang, misalnya karena ada penyakit-penyakit akut, gangguan sistem sensori, gangguan sistem susunan saraf misalnya neuropati perifer, gangguan sistem anggota gerak, misalnya kelemahan otot ekstremitas bawah dan kekakuan sendi, gangguan jantung dan sirkulasi darah, gangguan psikologis (perasaan akan jatuh), vertigo, dan fatigue, sedangkan faktor ekstrinsik terdiri dari aktivitas dan lingkungan diantaranya lantai yang licin dan tidak merata, tersandung oleh benda-benda, kursi roda yang tidak terkunci, dan penerangan cahaya yang kurang terang sehingga gampang terpeleset dan tersandung dapat memperbesar resiko jatuh pada lansia (Nugroho, 2012). Akibat yang ditimbulkan dari ringan sampai berat seperti, cedera kepala, cedera jaringan lunak sampai patah tulang. Diperkirakan sekitar 1% usia lanjut yang jatuh mengalami fraktur kolum femur, 5% mengalami fraktur tulang iga, humerus, pelvis dan lainnya, dan sekitar 5% mengalami perlukaan jaringan lunak (Ariawan, 2010).

Lansia yang telah mengalami jatuh dan perlu untuk ditangani di rumah sakit memiliki kemungkinan meninggal sebanyak 17% sampai 50% pada tahun berikutnya. Kematian-kematian ini tidak diakibatkan secara langsung dari jatuh itu sendiri, tetapi lebih diakibatkan oleh konsekuensi-konsekuensi yang berhubungan dengan jatuh. Akibat jatuh pada lansia tersebut dapat menyebabkan keluarga maupun pemberi perawatan merasa bersalah karena mereka tidak mencegah terjadinya jatuh. Selain keluarga, peran lansia untuk mencegah jatuh terhadap dirinya sendiri juga sangat penting dilakukan (Stanley & Beare, 2007).

Self care management merupakan upaya yang berkaitan dengan tanggung jawab terhadap kesehatan mereka sendiri dalam mengelola dirinya sendiri dengan

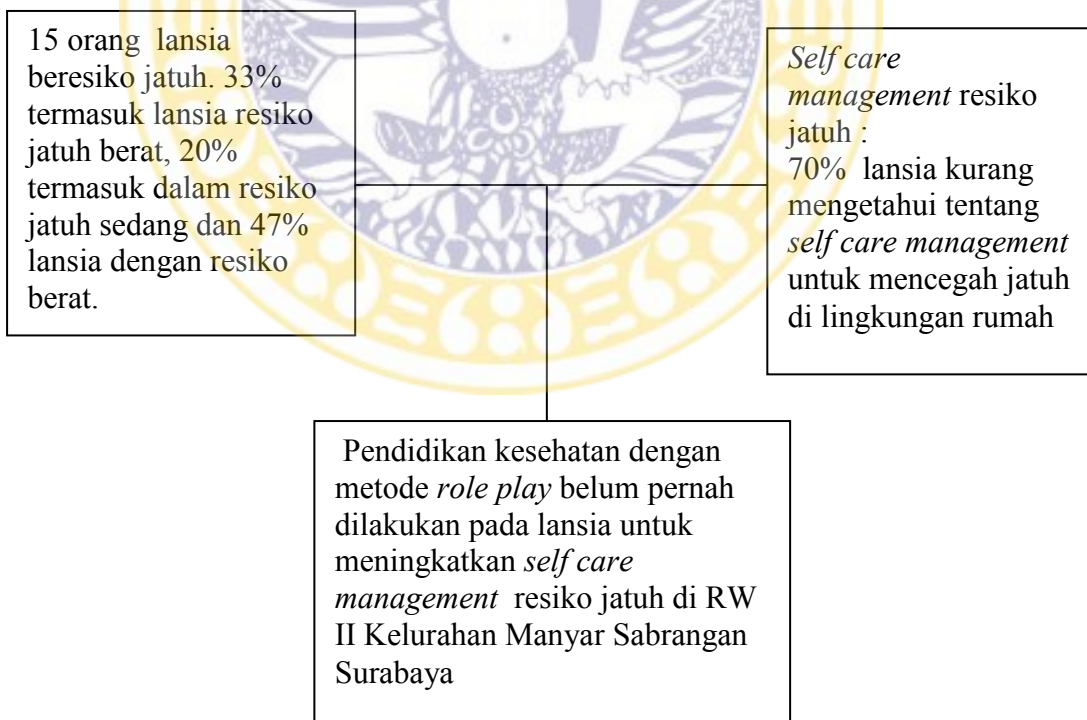
baik untuk mencapai kesehatannya. Dorothea Orem (1971) mengembangkan definisi keperawatan yang menekankan pada kebutuhan klien tentang perawatan diri sendiri. Keperawatan memiliki perhatian tertentu pada kebutuhan manusia terhadap tindakan perawatan dirinya sendiri dan kondisi serta penatalaksanakannya secara terus-menerus dalam upaya mempertahankan kehidupan dan kesehatan, penyembuhan dari penyakit atau cedera dan mengatasi bahaya yang ditimbulkan termasuk resiko jatuh. Kegiatan *self care management* yang dapat dilakukan lansia dengan resiko jatuh meliputi latihan keseimbangan sesuai dengan instruksi petugas kesehatan setempat, menanyakan keterangan lebih lanjut tentang efek obat-obatan yang dikonsumsi, rutin memeriksakan mata minimal 1 kali dalam 1 tahun, memakai alas kaki yang aman dan nyaman ketika berjalan di dalam rumah maupun di luar rumah, mengamankan lingkungan sekitar dari benda-benda yang bisa membuat lansia tersandung, mengkonsumsi vitamin D jika tidak mengalami kontraindikasi, melakukan pemeriksaan terhadap osteoporosis, dan memakai alat bantu berjalan untuk menjaga keseimbangan.

Self care management pada lansia dengan resiko jatuh dapat berpengaruh terhadap angka kejadian jatuh pada lansia. Peran perawat sebagai *nursing agency* membantu untuk memaksimalkan kemampuan pelaksanaan *self care management* lansia untuk mencegah jatuh di lingkungan rumah. Peran perawat dalam penelitian ini adalah memberikan pendidikan dengan metode *role play*. Penggunaan metode *role play* dapat menjadi salah satu metode pendidikan kesehatan untuk orang dewasa. Menggunakan metode *role play* akan terdapat proses melihat, mendengar dan mengerjakan sesuai yang tertulis dalam Budhiarti (2010) yaitu menurut Magnesen persentase keberhasilan kita menyerap informasi dan menyimpannya

dalam memori ketika belajar yaitu: 10 % dari apa yang kita baca, 20 % dari apa yang kita dengar, 30 % dari apa yang kita lihat, 50 % dari apa yang kita lihat dan dengar, 70% dari apa yang kita katakan dan 90 % dari apa yang kita katakan dan kerjakan.

Metode *role play* sebagai sarana pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara pembelajaran yang diharapkan dapat meningkatkan *self care management* untuk mencegah jatuh pada lansia. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang ”pengaruh metode *role play* terhadap *self care management* resiko jatuh pada lansia di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya”.

1.2 Identifikasi Masalah



Gambar 1.1 Identifikasi Masalah Penelitian pengaruh metode *role play* terhadap *self care management* resiko jatuh pada lansia di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya

Kejadian jatuh pada lansia dapat disebabkan oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik. Beberapa faktor diantaranya faktor intrinsik misalnya karena ada penyakit-penyakit akut, gangguan sistem sensori, gangguan sistem susunan saraf misalnya neuropati perifer, gangguan sistem anggota gerak, misalnya kelemahan otot ekstremitas bawah dan kekakuan sendi, gangguan jantung dan sirkulasi darah, gangguan psikologis (perasaan akan jatuh), vertigo, dan fatigue, sedangkan faktor ekstrinsik terdiri dari aktivitas dan lingkungan diantaranya lantai yang licin dan tidak merata, tersandung oleh benda-benda, kursi roda yang tidak terkunci, dan penerangan cahaya yang kurang terang sehingga gampang terpeleset dan tersandung dapat memperbesar resiko jatuh pada lansia (Nugroho, 2012) Apabila faktor-faktor tersebut tidak segera dilakukan pencegahan dan penatalaksanaan maka kejadian jatuh dapat berulang dan meningkat di komunitas seperti data studi pendahuluan di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya terdapat 15 orang lansia beresiko jatuh. 33% termasuk lansia resiko jatuh berat, 20% termasuk dalam resiko jatuh sedang dan 47% lansia dengan resiko berat. 70% diantaranya memiliki pengetahuan yang kurang terhadap *self care management* mencegah jatuh di lingkungan rumahnya. Belum pernah dilaksanakannya pendidikan kesehatan dari pihak manapun terhadap lansia membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui metode *role play* untuk meningkatkan *self care management* yang baik pada lansia untuk mencegah terjadinya jatuh di lingkungan rumah.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh metode *role play* terhadap *self care management* resiko jatuh pada lansia di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya ?

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan umum

Menjelaskan pengaruh metode *role play* terhadap *self care management* resiko jatuh pada lansia di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi *self care management* sebelum dilakukan metode *role play* pada lansia dengan resiko jatuh di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya.
2. Mengidentifikasi *self care management* sesudah dilakukan metode *role play* pada lansia dengan resiko jatuh di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya.
3. Menganalisis pengaruh metode *role play* terhadap *self care management* resiko jatuh pada lansia di RW II Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya.

1.5 Manfaat

1.5.1 Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya Keperawatan Kesehatan Komunitas dan Gerontik untuk mengetahui pengaruh metode *role play* terhadap *self care management* resiko jatuh pada lansia.

1.5.2 Praktis

1. Bagi Lansia

Dapat memberikan gambaran *self care management* yang bisa dilakukan oleh lansia dengan resiko jatuh

2. Bagi profesi keperawatan

Sebagai masukan bagi perawat, yang selanjutnya dapat digunakan sebagai alternatif kegiatan yang diterapkan kepada lansia untuk mencegah kejadian jatuh khususnya lansia dengan resiko jatuh.

