

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menua merupakan suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua bukanlah suatu penyakit. Menua merupakan proses kehilangan kemampuan jaringan tubuh untuk mempertahankan struktur dan fungsi normal (Darmojo, 2009). Proses ini ditandai dengan terjadinya kehilangan kemampuan jaringan pada susunan saraf, otot, dan jaringan lain secara perlahan sehingga tubuh mati sedikit demi sedikit (Mubarak dalam Nugroho, 2009). World Health Organisation (WHO) menyatakan bahwa lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut dengan aging proses atau proses penuaan (WHO, 2014)

Populasi orang berusia di atas 65 tahun sedunia sekarang berada ada 617 juta orang. Angka tersebut setara dengan 8,5 persen dari jumlah seluruh penduduk dunia. Sedangkan di kawasan asia tenggara populasi lansia sebesar 8% atau setara dengan 142 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2050 jumlah lansia akan meningkat 3 kali lipat (WHO, 2016). Indonesia sendiri mengalami sendiri mengalami peningkatan jumlah penduduk lansia dari 18 juta jiwa (7,56%) pada tahun 2010, menjadi 23,66 juta jiwa (9,03%) pada tahun 2017, dan diperkirakan akan terus meningkat dimana tahun 2020 menjadi 27, 08 jiwa (Kemenkes, 2017). Sedngkan berdasarkan data statistik kependudukan dan ketenagakerjaan pada tahun 2015 di provinsi riau terdapat 4,80% lansia (Badan Pusat Statistik, 2015). Dengan demikian disimpulkan bahwa jumlah lansia di kota Pekanbaru juga mengalami perkembangan yang sangat cepat setiap tahun (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2017).

Sehubungan dengan meningkatnya jumlah lansia di indonesia oleh sebab itu Pemerintah sudah melaksanakan beberapa program dalam mengatasi masalah lansia. Berdasarkan UU No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan, upaya

pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia harus ditujukan untuk menjaga agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial maupun ekonomis. Selain itu, Pemerintah wajib menjamin ketersediaan pelayanan kesehatan dan memfasilitasi kelompok lanjut usia untuk dapat tetap hidup mandiri dan produktif. Upaya peningkatan kesejahteraan lanjut usia, khususnya dalam bidang kesehatan tentu melibatkan peran serta dari pemerintah, swasta, dan masyarakat. Selain itu, harus ada koordinasi yang efektif antara lintas program terkait di lingkungan Kementerian Kesehatan dan organisasi profesi dalam upaya peningkatan kesehatan lanjut usia. Salah satunya adalah pengadaan panti werdha. Pelayanan sosial merupakan wujud aktivitas pekerja sosial dalam praktik profesionalnya. Pelayanan sosial yang diberikan sebagai wujud dari awaban terhadap tuntutan kebutuhan dan masalah yang dialami masyarakat sebagai akibat perubahan masyarakat itu sendiri (Santoso, 2010).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada lanjut usia salah satunya dapat menimbulkan masalah yaitu meningkatnya risiko jatuh yang dapat menyebabkan cedera bagi lansia (Stockslager, 2008). Jatuh merupakan suatu kejadian yang dilaporkan penderita atau saksi mata, yang melihat kejadian mengakibatkan seseorang mendadak terbaring atau terduduk di lantai atau tempat yang lebih rendah dengan atau tanpa kehilangan kesadaran atau luka, (Darmojo, 2010). Berdasarkan data dari Rikesdas (2013), presentase jatuh pada lansia di indonesia adalah 49,4% pada usia 55-64 tahun, 67,1% pada usia 64-74 tahun, dan 78,2% pada usia >75 tahun. Sekitar 30% dari komunitas lansia di negara berkembang jatuh tiap tahun nya dengan presentase 10%-20% jatuh lebih dari sekali. Hal ini membuktikan bahwa lansia di indonesia memiliki resiko tinggi mengalami jatuh.

Hasil penelitian yang di lakukan oleh Gunawan (2016), di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura menunjukkan bahwa dari 75 lansia yang menjadi responden didapatkan hasil, resiko jatuh yang tinggi 24 lansia (29%), sedang 46 lansia (56%), rendah 12 lansia (15%). Sedangkan hasil penelitian yang yang di lakukan oleh ulfa suryani (2018) di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Kcamatan Padang Pariaman menunjukkan bahwa dari 52 lansia yang menjadi

responden didapatkan hasil, resiko jatuh yang tinggi 12 lansia (23,1%), sedang 28 lansia (53,1%), rendah 12 lansia (23,1%)>

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan pada lansia, khususnya masalah keseimbangan dan kejadian jatuh adalah dengan melakukan latihan fisik yang teratur dan terprogram (Tobing, 2011). Latihan fisik ditujukan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot pada anggota bawah (kaki) dan untuk meningkatkan sistem vestibular atau keseimbangan tubuh (Tamher, 2009).

Berbagai penyebab psikologis yang mempengaruhi perubahan dalam kemampuan motorik berasal dari kesadaran tentang merosotnya kekuatan fisik, kecepatan dan keterampilan, tekanan emosional yang berasal dari sebab-sebab psikologis dapat mempercepat perubahan kemampuan motorik atau menurunnya motivasi untuk mencoba melakukan sesuatu yang masih dapat di lakukan.

Motivasi merupakan daya penggerak dari dalam untuk melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan (Sardiman, 2016). definisi Motivasi adalah suatu dorongan internal serta juga eksternal dalam diri seseorang yang diindikasikan dengan adanya suatu hasrat serta minat, penghargaan dan juga penghormatan (Uno, 2011), Motivasi untuk latihan fisik pada dasarnya sangatlah penting. Latihan fisik berguna untuk memandirikan para lansia agar mengoptimalkan kemampuannya sehingga menghindari dari dampak yang terjadi yang disebabkan karena ketidak mampunya, Otak, otot dan tulang bekerja bersama-sama menjaga keseimbangan tubuh agar tetap seimbang dan mencegah terjatuh, (Dwiguna, 2010).

Berdasarkan wawancara awal peneliti yang dilakukan pada tanggal 2 Oktober 2019 terdapat beberapa latihan fisik yang dilakukan di pada Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru seperti senam lansia di pagi hari yang dilakukan 5 kali dalam seminggu dan berjalan kaki di sore hari yang dilakukan di sekitar Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru. Jumlah lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru adalah 75 Lansia, yang terdiri dari 37 perempuan dan 38 laki-laki.

Sedangkan hasil survei awal dengan penghuni Panti sosial Tresna werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru mendapatkan bahwa dari 10 lansia, 6 diantaranya berisiko mengalami jatuh. Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik mengangkat penelitian dengan judul “ Hubungan Risiko Jatuh dengan motivasi melakukan latihan fisik pada lansia di panti sosial tresna werdha khusnul khotimah pekanbaru”

B. RUMUSAN MASALAH

Melalui motivasi yang baik maka lansia akan memiliki keinginan yang tinggi untuk melakukan latihan fisik dan terhindar dari risiko jatuh. di panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru sudah melakukan latihan fisik namun masih terdapat lansia yang jatuh. Maka peneliti ingin mengetahui “apakah ada hubungan antara Risiko Jatuh dan Motivasi melakukan latihan fisik pada lansia pada Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru?”.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara motivasi melakukan latihan fisik dengan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui gambaran motivasi melakukan latihan fisik di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru
- b. Mengetahui gambaran risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru
- c. Mengetahui hubungan antara motivasi melakukan latihan fisik dan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Tempat Penelitian

Pekerja panti dapat mengantisipasi terjadinya risiko jatuh pada lansia dan melaksanakan latihan fisik pada lansia agar lansia terhindar dari risiko jatuh. Petugas panti juga dapat melakukan promosi dan meningkatkan metode yang bertujuan mencegah jatuh.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi penelitian berikutnya dan bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian yang terkait

3. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat meningkatkan perkembangan ilmu keperawatan tentang motivasi melakukan latihan fisik terhadap risiko jatuh pada lansia.