



HUBUNGAN KESADARAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN RISIKO JATUH LANSIA DENGAN LINGKUNGAN RUMAH

Amita Audilla¹, Shulhan Arief Hidayat², Wiwid Yuliasuti³
^{1,2,3} STIKes Hutama Abdi Husada Tulungagung

Corresponding Author

Shulhan Arief Hidayat.
Keperawatan Anak,
STIKes Hutama Abdi Husada Tulungagung
Jl. Pahlawan I No 28B, Kedungwaru Tulungagung
Email: shulhan@stikestulungagung.ac.id

Kata Kunci : Kesadaran, Keluarga, Lansia, Lingkungan, Risiko Jatuh, Rumah

Keywords : *Awareness, Environment Family, Elderly, Fall Risk, Home*

Abstrak.: Jatuh pada lansia yang terjadi di dalam rumah memberikan gambaran bahwa kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh lansia masih kurang. Jatuh pada lansia dapat disebabkan faktor ekstrinsik dan faktor intrinsik. Faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari lingkungan. Faktor intrinsik adalah faktor dari dalam diri lansia seperti adanya penurunan fungsi fisiologis lansia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesadaran keluarga dengan lingkungan rumah dalam pencegahan risiko jatuh lansia di rumah. Desain penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Populasi sebanyak 646 keluarga dengan lansia, dan sampel penelitian sebanyak 247 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian adalah *proportionate random sampling*. Hasil dianalisis menggunakan uji Chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 91% keluarga memiliki kesadaran yang tinggi dalam pencegahan risiko jatuh. Sebanyak 57,48% didapatkan lingkungan rumah aman. Didapatkan nilai $p = 0,006 < \alpha = 0,05$ sehingga didapatkan hasil terdapat hubungan antara kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh lansia dengan lingkungan rumah. Terdapat hubungan antara kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh lansia dengan lingkungan rumah. Semakin aman lingkungan rumah bagi lansia maka keluarga akan menunjukkan kesadaran yang tinggi dalam pencegahan risiko jatuh lansia.

Abstract.: *Falling on the elderly who occur in the house illustrates that family awareness in preventing the risk of falling elderly is still lacking. Falling on the elderly can be caused by extrinsic factors and intrinsic factors. Extrinsic factors are factors that originate from the environment. Intrinsic factors are factors in the elderly such as a decrease in physiological function of the elderly. The aim of the study was to determine the relationship between family awareness and the home environment in preventing the risk of falling elderly at home. The design of this study used a cross sectional design. The population was 646 families with elderly people, and the study sample was 247 respondents. The sampling technique used in the study was proportionate random sampling. The results were analyzed using the Chi square test. The results of the study showed that as many as 91% of families had a high awareness in preventing the risk of falling. A total of 57.48% obtained a safe home*

environment. Obtained the value of $p = 0.006 < \alpha = 0.05$ so that the results obtained there is a relationship between family awareness in preventing the risk of falling elderly with a home environment. There is a relationship between family awareness in preventing the risk of falling elderly with a home environment. The safer the home environment for the elderly, the family will show a high awareness in preventing the risk of falling elderly.

PENDAHULUAN

Peningkatan jumlah lansia dan umur harapan hidup di Indonesia berdampak besar terhadap kesehatan masyarakat, terlebih dengan perubahan-perubahan yang dialami lansia dari berbagai sistem tubuh, baik dari segi fisik, psikologis, sosial dan spiritual¹. Menurut sebuah penelitian pada tahun 2011 mengungkapkan bahwa perubahan yang paling terlihat adalah kemunduran dan penurunan fisik, misalnya penurunan massa dan kekuatan otot, melemahnya koordinasi motorik, dan hilangnya kemampuan bergerak dan mempertahankan keseimbangan². Penurunan fungsi fisiologis pada lansia terjadi pada sistem gastrointestinal, urogenital, persepsi sensori, respirasi, persyarafan dan muskuloskeletal³. Penurunan kemampuan tersebut dapat menyebabkan lansia rawan mengalami masalah. Jatuh merupakan suatu masalah fisik yang sering terjadi pada lansia. Tingkat ketergantungan lansia yang tinggi berhubungan positif dengan penurunan fungsi tubuh dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga kejadian jatuh semakin meningkat⁴.

Di Indonesia, prevalensi cedera pada penduduk usia lebih dari 55 tahun mencapai 22%, dimana 65% diantaranya dikarenakan jatuh⁵. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa persentase lansia yang mengalami jatuh di dalam rumah sekitar 47,7%, sedangkan lansia yang mengalami jatuh di luar rumah sebanyak 52,3%⁶. Menurut sebuah penelitian mengatakan bahwa 52% lansia memiliki kesadaran akan risiko jatuh. Sementara itu, kesadaran keluarga tentang pencegahan risiko jatuh pada lansia belum pernah diteliti sebelumnya⁷.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh lansia dengan lingkungan rumah.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain cross sectional. Populasi yang digunakan sebanyak 646 keluarga dengan lansia, dengan jumlah sampel 247 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah proportionate random sampling.

HASIL

Hasil penelitian hubungan kesadaran keluarga dengan penurunan fungsi fisiologis lansia adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1 Deskripsi karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Umur		
	<30 tahun	32	12,96
	30 – 50 tahun	150	60,73
	> 50 tahun	65	26,31
2	Pekerjaan		
	Pegawai Negeri Sipil (PNS)	52	21,05
	Karyawan swasta	86	34,82
	Petani/pedagang/wirasta	62	25,10
	IRT	47	19,03
3	Hubungan dengan lansia		
	Anak	137	55,47
	Menantu	5	2,02
	Cucu	12	4,86
	Istri/suami	93	37,65

4 Pendidikan		
SD	20	8,10
SMP	32	12,95
SMA	103	41,70
Perguruan Tinggi	92	37,25
5 Pendapatan per bulan		
< Rp 1.400.000,00	45	18,22
Rp 1.400.000,00 – Rp 5.000.000,00	104	42,11
> Rp 5.000.000,00	98	39,67

Dari tabel 1.1 diketahui bahwa umur responden sebagian besar berkisar antara 30-50 tahun sebanyak 150 orang (60,73%), pekerjaan sebagian besar adalah karyawan swasta/wiraswasta sebanyak 86 orang (34,82%), hubungan dengan lansia terbanyak adalah anak sebanyak 137 orang (55,47%), pendidikan paling banyak dari tingkat SMA sebanyak 103 orang (41,70%), dan pendapatan per bulan keluarga adalah Rp 1.400.000,00 – Rp 5.000.000,00 sebanyak 103 keluarga (42,11%).

Tabel 1.2 Deskripsi kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh

Kesadaran keluarga	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Tinggi	224	90,69
Rendah	23	9,31
Total	150	100

Tabel 1.2 menunjukkan bahwa kesadaran keluarga tinggi dalam pencegahan risiko jatuh lansia sebanyak 90,69%.

Tabel 1.3 Lingkungan rumah

Fungsi fisiologis	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Aman	142	57,48
Tidak aman	105	42,52
Total	247	100

Tabel 1.3 menunjukkan bahwa lingkungan rumah aman sebanyak 57,48%.

Tabel 1.4 Hasil Uji *Chi Square* hubungan kesadaran keluarga dengan penurunan fungsi fisiologis lansia

No	Lingkungan rumah	Kesadaran keluarga				Total	Nilai P
		Tinggi		Rendah			
		n	%	n	%		
1	Baik	13	95,5	7	4,9	142	0,006
2	Menurun	89	84,76	1	15,24	105	
Total		22	90,4	2	9,3	247	

Dari tabel 1.4 didapatkan bahwa nilai $p=0,006 < \alpha = 0,05$, yang artinya terdapat hubungan antara kesadaran keluarga dengan lingkungan rumah dalam pencegahan risiko jatuh lansia.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa lingkungan rumah memiliki hubungan yang signifikan dengan kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan rumah memiliki hubungan yang signifikan dengan kesadaran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh lansia. Sebagian besar lingkungan rumah keluarga termasuk dalam kategori aman. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang mengatakan bahwa 45,1% orang melakukan perubahan di rumah untuk mengurangi jatuh. Ketika lingkungan rumah dirasa tidak aman bagi lansia maka hal ini akan memunculkan kesadaran keluarga untuk berupaya mencegah risiko jatuh pada lansia⁸.

Penelitian lain menyebutkan bahwa keluarga dan lansia menyadari telah menjadi bagian dari populasi risiko tinggi jatuh sebagai akibat dari bertambahnya usia, degradasi fungsi fisik bertahap dan banyak faktor risiko di lingkungan rumah (Zhang et al., 2012). Peneliti berpendapat bahwa lingkungan rumah bagi lansia harus aman dan nyaman mengingat lansia memiliki risiko jatuh. Menyediakan lingkungan rumah yang aman dan nyaman menjadi tanggung jawab keluarga sesuai

dengan fungsi keluarga perawatan kesehatan yaitu keluarga menyediakan papan, pangan dan sandang serta berusaha agar setiap anggota keluarganya terlindung dari segala bahaya termasuk penyakit.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan akhir dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kesadaran keluarga dengan penurunan fungsi fisiologis lansia dalam pencegahan risiko jatuh.

Adapun saran yang diberikan adalah :

1. Bagi keluarga diharapkan dapat memberikan perhatian lebih kepada lansianya dan lingkungan rumah agar dapat terhindar dari risiko jatuh.
2. Bagi lansia diharapkan dapat lebih terbuka kepada keluarga ketika mengalami keluhan-keluhan kesehatan.
3. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dari aspek psikologis lansia untuk melengkapi penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

1. Zheng J, Pan Y, Hua Y, Shen H, Wang X, Zhang Y, et al. Strategic targeted exercise for preventing falls in elderly people. *J Int Med Res.* 2013;41(2):418–26.
2. Granacher U, Muehlbauer T, Gollhofer A, Kressig RW, Zahner L. An intergenerational approach in the promotion of balance and strength for fall prevention - A mini-review. *Gerontology.* 2011;57(4):304–15.
3. Carol A. Miller, MSN, RN-BC A-B. *Nursing For Wellnes In Older Adults.*
4. Aslan UB, Cavlak U, Yagci N, Akdag B. Balance performance, aging and falling: A comparative study based on a Turkish sample. *Arch Gerontol Geriatr.* 2008;46(3):283–92.
5. Balitbang. Riskesdas. Vol. 127, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Ri. 2013. p. 1275–9.
6. Fong KNK, Siu AMH, Yeung KA, Cheung SWS, Chan CCH. Falls among the community-living elderly people in Hong Kong: A retrospective study. *Hong Kong J Occup Ther.* 2011;21(1):33–40.
7. Lyons BP, Hall RJ. Outcomes of a Falls Prevention Education Program Among Older Adults in Grenada. *J Community Health.* 2016;41(5):1021–6.
8. Lach HW, Noimontree W. Fall prevention among community-dwelling older adults: Current guidelines and older adult responses. *J Gerontol Nurs.* 2018;44(9):21–9.