

PERAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN RISIKO JATUH PADA LANSIA DI WILAYAH PUSKESMAS JONGAYA MAKASSAR

Oleh

Erlina Y Kongkoli¹, Baharuddin², Syallomitha Baso³

^{1,2,3}Jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar

Email: ¹erlinakongkoli@poltekkes-mks.ac.id

Article History:

Received: 07-11-2024

Revised: 22-11-2024

Accepted: 10-12-2024

Keywords:

Family Role, Fall Risk,
Elderly

Abstrak: Currently, Indonesia still pays little attention to the safety of the elderly, even though the safety and health of the elderly are two important things that are interconnected, healthy elderly people who do not behave well can fall. Falls are caused by 2 factors, namely intrinsic and extrinsic factors. The consequences of falls are not light, such as head injuries, soft tissue injuries, and even bone fractures. Because the elderly face serious health problems and the quality of life begins to decline, families have a big role in preventing the risk of falls, namely by knowing the factors that cause falls in the elderly. The aim of the research is to understand the role of the family as educators, motivators and facilitators in preventing the risk of falls in the elderly in the Jongaya Makassar Community Health Center area. This research uses a type of qualitative research that uses an in-depth interview approach through a question and answer process to obtain information. The number of cases in this study were 2 families who had elderly people living in the same house with risk factors for falls such as age, being sick or having a history of illness, the use of assistive devices to support life, activities, home and environmental conditions. This research was conducted in the Jongaya Makassar community health center area. The results of this research show that the role of the family as a motivator plays a good role, families who always motivate the elderly and look after the elderly in their daily lives can have a good impact on preventing the risk of falls in the elderly. Then the role of the family as an educator also plays a good role, the family always provides education to the elderly so that the elderly can know how to prevent the risk of falling. and the role of the family as a facilitator in this research did not play a good role. Families cannot provide assistive equipment to support the lives of elderly people due to several limitations. The researcher concluded that the family's role as a motivator and educator played a good role, but the family's role as a facilitator did not play a good role because they were unable to facilitate the elderly with assistive devices, so the researcher suggested to the family to modify the environment to keep it safe. This method can minimize the risk of falls in the elderly.

PENDAHULUAN

Menurut laporan PBB, jumlah orang yang berusia 65 tahun ke atas diperkirakan akan meningkat dari 0,7 miliar (9%) pada tahun 2019

menjadi 1,5 miliar (16%) pada tahun 2020 diseluruh dunia. Di Indonesia, BPS mencatat ada 29,3 juta penduduk lansia pada tahun 2021 atau 10,80% dari total penduduk di Indonesia (Kartika & Mutianingsih, 2023). Kota Makassar menjadi tempat lansia terbanyak kedua di Sulawesi selatan setelah kabupaten Bone, yaitu sebanyak 79.581 jiwa (R et al., 2019)

Saat ini, Indonesia masih kurang memperhatikan keselamatan lansia. Padahal keselamatan dan kesehatan lansia adalah dua hal penting yang saling berhubungan. Lansia sehat yang tidak berperilaku yang baik bisa saja terjatuh. Setelah jatuh, lansia menjadi lebih takut untuk bergerak dengan aktif, yang akan mengakibatkan penurunan kesehatan (Utara, 2022)

Jatuh merupakan suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang berada di permukaan tanah, lantai, atau tingkat yang lebih rendah lainnya tanpa disengaja yang disebabkan oleh 2 faktor yaitu intrinsik yang berasal dari dalam tubuh lansia dan faktor ekstrinsik yang berasal dari luar atau lingkungan. Alibet yang ditimbulkan oleh jatuh tidak ringan, seperti cedera kepala, cedera jaringan lunak, sampai dengan patah tulang (Rudy & Setyanto, 2019). Erlini (2017) mengatakan prevalensi terjadinya risiko jatuh pada lansia usia 60 - 90 tahun mencapai 70,2 %, dengan prevalensi risiko jatuh ringan sebanyak 48,6%, risiko jatuh sedang 16,2 % dan risiko jatuh tinggi sebanyak 5,4% (Kartika & Mutianingsih, 2023). Proporsi lansia mengalami jatuh di Indonesia diperkirakan 1 dari 3 orang berusia 65 tahun ke atas (Purnamasari & Murti, 2022)

Dari penelitian yang dilakukan (Haryanto & Jafar, 2023), didapatkan lansia dengan risiko tinggi jatuh sebanyak 25 responden (78,5%) karena tidak dijaga oleh keluarganya. Lansia yang tidak didampingi keluarga berisiko terjadinya risiko jatuh sedangkan lansia yang didampingi oleh keluarga terjamin aman dan mengurangi risiko jatuh pada lansia.

Menurut (Purnamasari & Murti, 2022) dari hasil penelitiannya sebanyak 14 responden (61%) tidak menyediakan alat bantu untuk pasien. Lalu sebanyak 9 responden (64%) keluarga juga tidak mengikutsertakan lansia dalam pemeriksaan rutin yang dilakukan posyandu lansia, yang dimana kegiatan ini sangat penting bagi lansia. Lansia yang memiliki faktor risiko jatuh tidak mempunyai peran keluarga yang sesuai karena keluarga tidak menyediakan fasilitas alat bantu yang dibutuhkan oleh lansia.

Karena lansia menghadapi masalah kesehatan yang serius dan kualitas hidup yang mulai menurun, keluarga memiliki peran yang besar dalam mencegah risiko jatuh yaitu dengan mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan jatuh pada lansia. Oleh karena itu, hal yang harus dilakukan adalah memberikan tindakan pencegahan terbaik untuk mencegah risiko jatuh pada lansia (Azwarni et al., 2022). Terciptanya lingkungan yang aman bagi lansia akan meminimalkan angka kejadian jatuh pada lansia melalui pengetahuan dan keterampilan yang dikuasai dengan baik oleh orang-orang terdekat mereka. (Nurhasanah & Nurdahlia, 2020)

METODE

Desain Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif dengan menggunakan pendekatan in-deep interview (wawancara mendalam) untuk mendapatkan informasi melalui Tanya jawab langsung antar wawancara dan responden. **Tempat dan waktu** Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2024 dan dilakukan di wilayah Puskesmas Jongay Makassar. **Jumlah subjek** 2 keluarga yang mempunyai lansia yang tinggal serumah dengan faktor-faktor risiko jatuh seperti usia, sedang sakit atau adanya riwayat penyakit, adanya penggunaan alat bantu untuk menunjang hidup, aktivitas, kondisi rumah dan lingkungan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah lembar wawancara yang dibagikan ke 2 keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kondisi rumah

pada subjek pertama : Rumah permanen satu lantai berukuran 5×7 meter, pencahayaan rumah kurang dan saat siang tidak ada lampu yang dinyalakan, tidak terdapat pagar pada depan rumah, jalanan depan rumah rata, sinar matahari dapat masuk kedalam, didalam rumah tidak terdapat tangga namun ada beberapa lantai yang tidak rata seperti saat masuk ke dalam rumah dan saat masuk ke ruang makan. Pada subjek kedua :

2. Riwayat penyakit

Pada subjek pertama : Keluarga mengatakan lansia berumur 80 tahun, memiliki riwayat hipertensi dan penyakit diabetes mellitus, lansia sudah mulai mengalami penurunan pendengaran, lansia juga mengalami penglihatan mata kabur namun lansia jarang menggunakan kacamata, lutut terkadang terasa sakit pada saat malam dan saat bangun tidur sehingga lansia kesulitan untuk bergerak dan berjalan.

Subjek kedua : Keluarga mengatakan lansia berumur 75 tahun, memiliki riwayat hipertensi dan diabetes mellitus, lansia sudah mengalami penurunan penglihatan namun tidak menggunakan kacamata, lansia sudah mengalami penurunan pendengaran sehingga kesulitan untuk mendengar, lansia juga mengalami demensia, postur tubuh lansia sudah bungkuk sehingga kesulitan saat melakukan aktivitas dan berjalan.

3. Peran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia

Subjek pertama :

Peran keluarga sebagai motivator :

- Selalu mengingatkan tentang hal yang tidak boleh dan yang boleh dilakukan oleh lansia untuk mencegah risiko jatuh.
- Selalu memberikan motivasi untuk rajin memeriksakan dirinya ke fasilitas kesehatan seperti ke puskesmas dan posbindu yang dilaksanakan 1 bulan sekali.
- Selalu berperan dalam menjaga lansia dan membantu lansia saat melakukan aktivitas fisik sehari-hari

Peran keluarga sebagai edukator :

- Mengetahui tentang pentingnya peran keluarga dalam mencegah jatuh pada lansia.
- Selalu memberikan edukasi kepada lansia tentang cara menjaga kesehatannya
- Selalu memberikan pengetahuan dan informasi dalam upaya pencegahan penyakit yang berisiko menyebabkan jatuh pada lansia.

Peran keluarga sebagai fasilitator :

- Menyediakan alat bantu untuk menunjang hidup lansia yaitu dengan menyediakan kacamata namun lansia jarang menggunakan kacamata.
- Selalu memfasilitasi lansia dengan lingkungan yang aman/nyaman/tidak berbahaya untuk lansia.
- Selalu membawa lansia ke fasilitas kesehatan jika sakit

Subjek kedua :

Peran keluarga sebagai motivator :

- Selalu mengingatkan tentang hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh lansia untuk mencegah risiko jatuh.
- Selalu memberikan motivasi kepada lansia untuk rajin memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan seperti ke puskesmas dan posbindu yang dilaksanakan 1 bulan sekali.
- Selalu berperan dalam menjaga dan membantu lansia dalam melakukan aktivitas

sehari-hari karena lansia mengalami kesulitan dalam beraktivitas dan berjalan.

Peran keluarga sebagai edukator:

- a) Mengetahui tentang pentingnya peran keluarga dalam mencegah jatuh pada lansia.
- b) Selalu memberikan edukasi kepada lansia tentang cara menjaga kesehatannya
- c) Terkadang memberikan pengetahuan dan informasi dalam upaya pencegahan penyakit yang beresiko menyebabkan jatuh pada lansia.

Peran keluarga sebagai fasilitator :

- a) Tidak pernah menyediakan alat bantu untuk menunjang hidup lansia.
- b) Selalu memfasilitasi lansia dengan lingkungan yang aman/nyaman/tidak berbahaya untuk mencegah risiko jatuh.
- c) Selalu membawa lansia ke fasilitas kesehatan ketika sakit.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia di wilayah puskesmas Jongaya Makassar sebagai motivator dan edukator sangat baik. Namun peran keluarga sebagai fasilitator masih perlu ditingkatkan. Peran keluarga sebagai motivator dalam penelitian ini berperan dengan baik. Kedua keluarga selalu berperan dalam mengingatkan tentang hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan oleh lansia untuk mencegah risiko jatuh, keluarga juga selalu berperan dalam menjaga dan membantu lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti ketika menaiki tangga, menyiapkan makanan, membantu kamar mandi, serta membantu saat lansia ingin keluar rumah, keluarga juga selalu memberikan motivasi kepada lansia untuk rajin memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan posbindu.

Seperti yang dikatakan oleh Hutagalung (2020) Peran keluarga sebagai motivator dapat dilihat dari seberapa sering keluarga mengingatkan hal-hal yang tidak boleh dilakukan karena akan berakibat buruk pada kondisi penyakit. Didukung juga oleh penelitian Purnamasari & Murti, 2022 yang berjudul "peran keluarga pada lansia yang memiliki risiko jatuh di dusun selur desa tangkil kecamatan panggul kabupaten trenggalek" didapatkan hasil bahwa peran keluarga sebagai motivator dengan selalu memberikan motivasi kepada lansia untuk rajin memeriksa kesehatannya sangat berpengaruh terhadap pencegahan risiko jatuh pada lansia.

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan dikaitkan dengan teori di atas maka bisa disimpulkan bahwa peran keluarga sebagai motivator dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia berperan dengan baik. Keluarga yang selalu memotivasi lansia serta menjaga lansia dalam kehidupan sehari-hari bisa berdampak baik untuk mencegah risiko jatuh pada lansia.

Peran keluarga selanjutnya yaitu sebagai edukator dalam penelitian ini kedua subjek dalam penelitian ini juga berperan dengan baik. Kedua keluarga mengetahui tentang pentingnya peran keluarga dalam mencegah risiko jatuh pada lansia, keluarga juga selalu memberikan edukasi kepada lansia tentang cara menjaga kesehatannya dan selalu memberikan pengetahuan serta informasi dalam upaya pencegahan penyakit yang berisiko menyebabkan jatuh pada lansia seperti keluarga membatasi makanan tinggi garam kepada lansia agar tidak memperparah penyakit hipertensi pada lansia. Teori Hutagalung (2020) mengemukakan bahwa keluarga berperan sebagai pendidik bagi anggota keluarganya yang dapat berfungsi sebagai upaya promotif dari keluarga. Keluarga berkewajiban memberikan pengetahuan kepada seluruh anggota keluarganya, termasuk salah satunya pengetahuan tentang kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari & Murti (2022) mengatakan bahwa keluarga sebagai edukator berperan untuk menggerakkan tingkah laku atau memberi dukungan ke arah yang lebih baik.

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan di kaitkan dengan teori di atas maka bisa di simpulkan bahwa peran keluarga sebagai edukator dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia berperan dengan baik. Dengan adanya peran keluarga ini lansia dapat mengetahui cara mencegah risiko jatuh sehingga dapat meminimalkan terjadinya risiko jatuh.

Adapun peran keluarga sebagai fasilitator yang sangat berpengaruh pada kelangsungan hidup lansia terutama lansia yang memiliki riwayat jatuh. Pada 2 subjek dalam penelitian ini, kedua keluarga tidak berperan dengan baik sebagai fasilitator. Pada subjek yang pertama, keluarga menyediakan alat bantu untuk menunjang hidup lansia yaitu dengan menyediakan kacamata namun lansia jarang menggunakan kacamata tersebut. Kemudian pada subjek yang kedua, keluarga tidak menyediakan alat bantu apapun untuk menunjang hidup lansia yang kemungkinan disebabkan oleh masalah ekonomi karena pada saat penelitian ini dilakukan peneliti mengobservasi keadaan lingkungan kedua subjek tersebut.

Dalam penelitian ini keluarga memahami dengan baik peran keluarga sebagai fasilitator tetapi keluarga mengalami keterbatasan dalam memfasilitasi alat bantu untuk menunjang hidup lansia dengan baik, oleh karena itu peneliti menyarankan kepada keluarga untuk melakukan modifikasi lingkungan rumah agar menjadi aman untuk lansia seperti membuat lantai tidak licin, lantai yang rata, tidak ada barang-barang yang berserakan di lantai, pencahayaan yang cukup dan tidak menyilaukan serta mengurangi tangga yang ada di jalur lansia berjalan. Saat menjadi lansia, sistem penglihatan mengalami penurunan fungsi seperti pada jarak penglihatan. Terjadinya penurunan penglihatan dapat mengakibatkan risiko jatuh pada lansia, karena ketika lansia berjalan dan terdapat benda-benda yang menghalangi jalan maka akan berisiko membuat lansia terjadi. Oleh karena itu penting bagi keluarga untuk memodifikasi lingkungan rumah. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rudy & Setyanto (2019) yang berjudul "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Risiko Jatuh Pada Lansia" di dapatkan hasil bahwa Lingkungan rumah lansia yang tidak aman (lantai licin dan penerangan gelap) mempunyai faktor risiko 3 kali mengalami risiko jatuh di bandingkan dengan lingkungan rumah lansia yang aman. Lingkungan rumah yang tidak aman dapat menyebabkan risiko jatuh pada lansia, Dengan demikian penataan lingkungan rumah sebaiknya harus diperhatikan khususnya pada lansia. Karena jika hal ini tidak di perhatikan dalam penataan lingkungan rumah maka akan berisiko menyebabkan jatuh pada lansia.

Menurut asumsi peneliti dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian dan di kaitkan dengan teori di atas didapatkan bahwa peran keluarga sebagai fasilitator tidak berperan dengan baik karena keluarga mengalami keterbatasan untuk memfasilitasi lansia dengan alat bantu. Namun keluarga bisa berperan sebagai fasilitator dengan cara memodifikasi keadaan lingkungan di sekitar rumah untuk meminimalisir terjadinya risiko jatuh pada lansia.

KESIMPULAN

1. Peran keluarga sebagai motivator berperan dengan baik. Keluarga mampu memotivasi lansia sehingga berpengaruh terhadap pencegahan risiko jatuh.
2. Peran keluarga sebagai edukator berperan dengan baik. Dengan adanya peran keluarga ini lansia dapat mengetahui cara mencegah risiko jatuh sehingga dapat meminimalkan terjadinya risiko jatuh.
3. Peran keluarga sebagai fasilitator tidak berperan dengan baik karena keluarga mengalami keterbatasan untuk menyediakan alat bantu bagi lansia. oleh karena itu peneliti menyarankan kepada keluarga agar melakukan peran keluarga sebagai fasilitator dengan cara memodifikasi lingkungan agar aman bagi lansia.

SARAN

1. Kepada keluarga
Diharapkan dapat selalu meningkatkan peran keluarga sebagai motivator, edukator, dan fasilitator dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia.
2. Kepada Puskesmas Jongaya Makassar Diharapkan dapat melakukan penyuluhan kesehatan tentang risiko jatuh pada lansia.
3. Kepada peneliti selanjutnya
Diharapkan mampu melanjutkan penelitian tentang peran keluarga dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia dengan cakupan responden yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahmad, & Muslimah. (2021). Memahami Teknik Pengolahan dan Analisis Data Kualitatif. *Proceedings*, 1(1), 173-186.
- [2] Azwarni, Hayani, N., & Sulistiany, E. (2022). Hubungan Peran Keluarga Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Suka Mulia Kecamatan Rantau Kabupaten Aceh Tamiang. 16(9), 7439-7446.
- [3] Bako, I. A. (2023). Gambaran Peran Keluarga Tentang Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Adl (Activity Daily Living) Di Desa Sitinjo 2 Kecamatan Sitinjo Kabupaten Dairi Tahun 2023.
- [4] Haryanto, R. D., & Jafar, M. S. (2023). Gambaran Resiko Jatuh pada Keluarga dengan Lansia di Kabupaten Cianjur. 1(August), 60-62.
- [5] Hutagalung, A. O. (2020). Pencegahan Terjadinya Bahaya dan Adverse Event Oleh Pasien dan Keluarga. <https://osf.io/f5b73/download>
- [6] Juita, D. R., & Shofiyyah, N. A. (2022). Peran Keluarga Dalam Merawat Lansia. *Jurnal Agama Sosialis Dan Budaya*, 5(2), 2599-2473.
- [7] Kartika, n I., & Mutianingsih, L. N. (2023). Application of Fall Prevention Modules in Eldery Family Scope. 1, 2023.
- [8] Lestari, P. W., Srimati, M., & Istianah, I. (2021). Peningkatan Pengetahuan Dosen Rumpun Ilmu Kesehatan Tentang Pengajaran Etik Penelitian Increasing Knowledge Of Health Sciences Cluster Lecturers About Submitting Research Ethics. *JPM Bakti Parahita*, 2(2), 160-166. <https://journal.binawan.ac.id/index.php/parahita/article/download/234/182/1238>
- [9] Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- [10] Maria H. Bakri, S.M. (2021). Asuhan Keperawatan Keluarga. Yogyakarta : Pustaka Mahardika
- [11] Nasrullah, D. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1*. 283.
- [12] <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Keperawatan-Gerontik-Komprehensif.pdf>
- [13] Nurhasanah, A., & Nurdahlia, N. (2020). Edukasi Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Keluarga Dalam Pencegahan Jatuh Pada Lansia. *Jkep*, 5(1), 84-100. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.359>
- [14] Purnamadyawati, P., Bachtiar, F., Prabowo, E., & Agustiyawan, A. (2020). Deteksi Risiko Jatuh dan Pendampingan Latihan Keseimbangan Pada Pasien Lanjut Usia di RS Setia Mitra Jakarta. *DIKEMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 4(2), 87-92. <https://doi.org/10.32486/jd.v4i2.491>
- [15] Purnamasari, V., & Murti, D. (2022). Peran Keluarga Pada Lansia Yang Memiliki Resiko Jatuh Di Dusun Selur Desa Tangkil Kecamatan Panggul Kabupaten Trenggalek. *SPIKES Nas*, 01(02), 2963-1343.
- [16] <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKESNas/index.php/MOO>
- [17] R, A. P., Nurdin, N., & Saleh, U. (2019). Pendampingan Posyandu Lanjut Usia. *Media Karya Kesehatan*,

- 2(1), 74–84. <https://doi.org/10.24198/mkk.v2i1.19399>
- [18] Rudy, A., & Setyanto, R. B. (2019). *Analisis faktor yang mempengaruhi risiko jatuh pada lansia*.5, 162–166. <https://doi.org/10.33485/jiik-wk.v5i2.119>
- [19] Syakura, A., Nisa'asy Shobiri NHJ, A., & Oktavisa Denta, A. (2021). Resiko Jatuh pada Klien Stroke yang Menggunakan Kursi Roda di Kabupaten Pamekasan. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 56–64. <https://doi.org/10.24929/fik.v11i2.1500>
- [20] Utara, U. S. (2022). *Issn : 0216-003x e-issn : 2807-596x*. 18(2).

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN