

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses degeneratif pada manusia yang biasanya disebut dengan penuaan yakni suatu proses dimana akan dilalui oleh semua manusia serta tidak bisa dihindari. *World Health Organization, (2018)* lansia merupakan individu yang usianya > 60 tahun dimana termasuk golongan orang yang usianya sudah memasuki akhir hidup. Pada tahun 2022, *World Health Organization* sendiri mengklasifikasikan lansia terbagi 4 kelompok meliputi usia rata-rata = 45-59 tahun, lansia = 60-74 tahun, lansia = 75-90 tahun) serta yang suda sanngat tua rentan (sangat tua = > 90 tahun). Penuaan yakni proses alamiah yang akan ialami orang yakni ketika kapabilitas tubuh untuk memperbarui sel baru sudah berkurang serta melakukan *defensive* pada keadaan normal, sehingga mengakibatkan ketidakmampuan orang biasa bertahan dalam kondisi buruk, infeksi atau penyakit sebab rusaknya organ yang terlibat (Nindawi dkk, 2021). Sejalan dengan prediksi *World Health Organization* terkait meningkatnya lansia secara global termasuk Indonesia. Berdasarkan BPS, data total penduduk lansia yang usianya >60 tahun di tahun 2016 yakni sebanyak 22.630.882 orang dan akan diprediksi terus mengalami peningkatan menjadi 31.320. 066 jiwa pada 2022.

World Health Organization (2022), pada tahun 2030, 1 dari 6 orang didunia akan berusia > 60 tahun. Total penduduk yang umurnya > 60 tahun yakni sampai 1,4 miliar pada tahun 2020 dan meningkat dua kali lipat menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050. Banyaknya warga yang usianya > 80 tahun diprediksi lebih tinggi 3x menjadi 426 juta orang diantara tahun 2020-2050. Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2022 memperlihatkan total warga yang sudah lansia sampai 10,82% atau sekitar 29,3 juta jiwa. World Health Organization menyatakan jika Indonesia telah berada pada tahap penuaan yang ditandai dengan usia penduduk > 60 tahun sampai dengan 10% dari total penduduk (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Indonesia dengan struktur penduduk lanjut usia menduduki peringkat 8 provinsi teratas dalam hal jumlah penduduk lanjut usia, khususnya D.I Yogyakarta. Keadaan tersebut menunjukkan D.I Yogyakarta berada pada masa penuaan demografi yang dibuktikan dengan proporsi penduduk berusia 16,69% (BPS 2022). Jumlah penduduk lanjut usia di DI Yogyakarta sebanyak 588.916 jiwa, persentase tertinggi pertama di Kabupaten Sleman sebesar 27%, kedua di Kabupaten Gunung Kidul sebesar 26%, ketiga di Kabupaten Bantul sebesar 24% (BPS 2020). Kabupaten Bantul menduduki peringkat ketiga dengan proporsi lansia tertinggi di Yogyakarta. Pada tahun 2020-2022 Kabupaten Bantul mempunyai angka harapan hidup terendah dibandingkan kabupaten lainnya, jumlah penduduk lanjut usia terbesar terdapat di Kecamatan Kasihan dengan jumlah 15.676 jiwa (Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul, 2022). Jumlah angka kesakitan PTM (Penyakit Tidak Menular) pada lansia pada area puskesmas Kasihan II lebih meningkat disetiap

tahunnya sehingga penelitian akan dilakukan diwilayah kerja puskesmas Kasihan II.

Lansia merupakan suatu kelompok publik yang sangat mudah terkena potensi menurunnya kapabilitas secara fisik juga mental (Puspanegara&Ronoatmojo, 2018). Lansia yang biasa dikenal dengan *population at risk* atau populasi yang berisiko dimana jumlahnya akan selalu meningkat setiap tahunnya, baik pria atau wanita akan mengalami perubahan contohnya menurunnya kemampuan kognitif, psikologis, fisik, maupun social. Fase ini adalah fase yang mudah mengalami serangan penyakit yang akan mengganggu fungsi tubuh menjadi tidak normal seperti menurunnya sistem kekebalan tubuh atau imunitasnya (Kiik et al. 2019). Ciri dalam penuaan masing-masing individu berbeda satu sama lain, akan tetapi langkah ini pasti akan dialami oleh semua makhluk hidup. Seseorang yang mengalami penuaan atau lansia akan mengalami berbagai permasalahan fisiologis yang berbeda-beda, termasuk kemampuan menjaga keseimbangan atau risiko terjatuh. Risiko jatuh pada lansia >65 tahun lebih tinggi dibandingkan pada usia <65 tahun. Jatuh pada lansia dapat menyebabkan kerusakan fisik, kurang percaya diri, dan kemudian, berkurangnya kapabilitas pada aktivitas hariannya dan beraktivitas didalam kelompok sosial. Jatuh pada pasien lansia yang ada di RS sering terjadi, dengan angka 2,3 hingga 7 jatuh per 1.000 pasien per hari. Sekitar 30 pasien rawat inap terluka, dimana 4 hingga 6% di antaranya terluka parah. Cedera serius yang disebutkan dapat berupa patah tulang, hematoma subdural, pendarahan, dan bahkan kematian. Jatuhnya lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor, khususnya faktor mobilitas, faktor perilaku berisiko dan faktor lingkungan (lingkungan fisik).

Seseorang yang telah mencapai lansia kemampuannya akan berkurang, fungsi dan bentuk tubuh, termasuk bekuranganya fungsi organ motorik tubuh. Dalam hal ini kedua kaki lah yang berperan penting dalam menopang tubuh, menjaga keseimbangan, mengatur mobilitas gerak dan beberapa sistem tubuh lainnya. Mobilitas lansia dalam menopang berat badan, bentuk telapak kaki atau arkus (sudut kelengkungan kaki) juga krusial dalam menopang kedua kaki. Arkus (sudut kelengkungan kaki) sendiri dibagi menjadi 3 yaitu : *Low Arch*, *Normal Arch* dan *High Arch*. Pada lansia dengan bentuk kaki *Low Arch (flat foot)* serta *High Arch (C-shaped foot)* dapat menyebabkan masalah seimbanganya karena hubungan *fore foot* dan *mid foot* tidak stabil, akan meningkatkan risiko terjatuh. Bentuk kaki manusia yang normal mempunyai lengkungan *medial* yang dapat menyerap benturan ketika berjalan, akan tetapi saat keadaan abnormal lengkungan medial ini mempunyai cekungan yang terlalu tinggi atau *C-shaped foot*, terlalu rendah bahkan tidak ada sehingga dikatakan *Flat Foot*. Otot *Tibialis Posterior* dalam kondisi normal melakukan kontraksi sehingga melakukan pembatasan *deviasi* pergelangan kaki yang berlebihan. Lengkungan yang tinggi (*High Arch*) dapat menghambat adanya keseimbangan karena hubungan antara *Fore Foot* dan *Mid Foot* menjadi kurang stabil dan beban tubuh bertumpu pada *Caput metatarsal*. Perubahan fisik atau perubahan bentuk tubuh pada orang lanjut usia ini sesuai dengan hadis riwayat Abu Dawud : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَنَّ الرَّجُلَ لَيَكُونُ لَهُ الدَّرَجَةُ عِنْدَ اللَّهِ لَا :
SAW bersabda: “Sesungguhnya seseorang itu yakin, maka akan ada derajat tertentu di sisi Allah, mata yang dia tidak mau. dicapai dengan amalan, hingga ia diuji dengan cobaan tubuhnya, maka dengan cobaan itu ia telah sampai pada taraf itu”

(HR Abu Dawud). Hadist tersebut memberikan pemahaman kepada kita jika ada kekurangan fisik (kelainan/cacat) terletak suatu kedudukan yang mulia di mata Allah Ta'ala. Maksud dari hadits ini adalah seiring bertambahnya usia seseorang maka kondisi atau bentuk tubuhnya juga akan mengalami perubahan, seperti halnya menurunnya fungsi tubuh atau perubahan bentuk kaki pada lansia, sebagaimana dijelaskan dalam hadits dibalik keterbatasan atau perubahan fisik pada lansia, adanya derajat keluhuran di sisi Allah SWT dan hal ini tentunya tidak menjadi alasan untuk meninggalkan tugas kita sebagai umat islam dalam menjalankan perintahNya. Berdasrkan uraian diatas maka peneliti berencana untuk melakukan penelitian terkait dengan “HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO JATUH TERHADAP BENTUK KAKI PADA LANSIA” diwilayah kerja Puskesmas Kasihan II.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada korelasi antara aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia?
2. Apakah ada korelasi antara risiko jatuh dengan bentuk kaki pada lansia?
3. Apakah ada korelasi antara aktivitas fisik dan risiko jatuh terhadap bentuk kaki pada lansia?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum yakni untuk melihat korelasi antara bentuk kaki dengan risiko jatuh pada lansia.

2. Tujuan khusus

- A. Mengetahui gambaran bentuk kaki *High arch*, *Intermediary arch*, *Lower arch*, dan *Flat arch* pada lansia.
- B. Mengetahui korelasi antara aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia.
- C. Mengetahui korelasi antara risiko jatuh dengan bentuk kaki pada lansia.
- D. Mengetahui korelasi antara aktivitas fisik dan risiko jatuh terhadap bentuk kaki pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Peneliti

Hasil penelitian ini harapannya mampu meningkatkan kemanfaatan, wawasan, sehingga peneliti mampu mendapatkan korelasi antara aktivitas fisik, risiko jatuh, dan bentuk kaki pada lansia.

2. Manfaat bagi Lansia

Hasil penelitian ini harapannya lansia memiliki wawasan serta informasi terkait korelasi kegiatan fisik dengan risiko jatuh terhadap bentuk kaki pada lansia. Manfaat lainnya adalah untuk menekan angka jatuh pada lansia di Kecamatan Kasihan II, Kabupaten Bantul, D.I Yogyakarta.

3. Manfaat bagi Perawat

Hasil penelitian ini harpannya mampu bermanfaat bagi tenaga kesehatan supaya menjadi acuan pengembangan ilmu keperawatan gerontik untuk meminimalkan

resiko jatuh (*patient safety*) pada lansia dan untuk pengembangan pengkajian bentuk kaki pada lansia.

E. Penelitian Terkait

Tabel 1.1 Penelitian Terkait

No	Nama Penulis	Judul	Tahun	Tujuan	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Annisa Septiani	Hubungan index massa tubuh serta bentuk arkus kaki terhadap risiko jatuh pada lansia.	2021	Guna melihat apa ada informasi antara index massa tubuh serta bentuk arkus kaki terhadap risiko jatuh pada lansia.	Kajian ini menerapkan teknik critical review yang yakni menerapkan system analisis dan evaluasi dari artikel, jurnal dan buku.	Berdasarkan <i>critical review</i> terhadap 7 jurnal yang dinilai kualitasnya menggunakan skala PEDro, 3 jurnal menyatakan adanya hubungan antara indeks massa tubuh dengan risiko jatuh, dan 3 jurnal	Fokus dalam penelitian sebelumnya adalah hubungan index massa tubuh dan bentuk arkus kaki terhadap risiko jatuh pada lansia, sedangkan pada penelitian ini fokus penelitiannya adalah

						lainnya juga menyatakan adanya hubungan bentuk arkus kaki (<i>Foot Arch</i>) dengan risiko jatuh pada lansia dan 1 jurnal telah menyatakan hubungan antara kedua faktor ini.	hubungan aktifitas fisik dan resiko jatuh terhadap bentuk arkus kaki pada lansia.
2	Tini Dwi SolihartI.	Hubungan bentuk telapak kaki dan indeks massa tubuh dengan risiko	2020	Untuk mengetahui Hubungan bentuk telapak kaki juga indeks massa tubuh dengan	Kajian observasional analisis dengan desain <i>cross sectional</i> ini dilaksanakan di RSI Sultan Agung Semarang pada bulan Desember 2019 –	Hubungan bentuk telapak kaki pada kemungkinan jatuh yakni 2.05, nilai p value = 0.045 (p< 0.05), korelasi indeks massa tubuh pada kemungkinan	Kajian ini menerapkan teknik observasional analitik desain <i>cross sectional</i> , sementara kajian peneliti dengan teknik deskriptif kuantitatif.

				jatuh pada lansia di RSI Sultan Agung Semarang.	risiko jatuh pada lansia.	Januari 2020, dengan jumlah sampel sebanyak 55 lansia dengan tehnik consecutive sampling. Instrumen penelitian menggunakan TUG test untuk mengetahui resiko jatuh pada lansia. Analisa data menggunakan regresi linear.	jatuh yakni 2.39, nilai p value = 0.021 ($p < 0.05$), korelasi bentuk telapak kaki dan indeks massa tubuh kemungkinan jatuh pada lansia di Instalasi Rehabilitasi medik RSI Sultan Agung Semarang nilai F hitung 7.597 <i>p value</i> 0.001 ($p < 0.05$).	
3	Tirta Sari	Jurnal	2022	Untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh	mengetahui hubungan IMT	Penelitian observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i> dilaksanakan di Yayasan	Berdasarkan rumusan masalah dan kerangka konsep maka didapat	Fokus dalam penelitian sebelumnya adalah hubungan index massa tubuh pda kemungkinan

(IMT)	dengan risiko	sabara bintang kabupaten	hipotesis oleh peneliti	jatuh pada lansia,
dengan risiko	jatuh pada lansia.	Takalar.	berupa ada hubungan	sementara kajian ini
jatuh pada			diantara Indeks Massa	fokusnya adalah hubungan
lansia			Tubuh (IMT)	aktifitas fisik dan resiko
dilembaga			pada risiko jatuh oleh	jatuh terhadap bentuk arkus
kesejahteraan			lansia.	kaki pada lansia.
sosial lanjut				
usia (LKS-				
LU)				
Yayasan				
sabara				
sabintang				
Kabupaten				
Takalar.				