

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Populasi lanjut usia di dunia dan di Indonesia meningkat pesat. Diperkirakan satu dari enam orang di seluruh dunia akan memasuki usia di atas 65 tahun pada tahun 2050. Di Indonesia, jumlah lansia mengalami peningkatan hingga dua kali lipat dalam waktu singkat, mencapai 9,60% atau 25,64 juta penduduk memiliki usia di atas 60 tahun pada tahun 2019. Mayoritas lansia di Indonesia tergolong lansia muda yang memiliki rentang usia 60 sampai 69 tahun dengan persentase 63,82%.¹ Di Provinsi Jambi, prevalensi lansia mencapai 7,90% pada tahun 2020.²

Faktor-faktor yang bertanggung jawab atas risiko jatuh pada lansia terdiri atas faktor instrinsik dan ekstrinsik. Faktor instrinsik berkaitan dengan tiap individu lansia, seperti masalah dengan gaya jalan, otot yang melemah, kaku sendi, masalah keseimbangan, masalah ketajaman mata, dan masalah pendengaran. Sedangkan faktor ekstrinsik jatuh pada lansia meliputi ubin licin, lantai tidak rata, dan kurangnya penerangan dalam ruangan. Lansia di fasilitas perawatan jangka panjang lebih berisiko terhadap jatuh karena berbagai faktor lingkungan dan faktor individu, termasuk mobilitas yang terbatas dan adanya penyakit penyerta.⁴ Setiap tahun, 2,8 juta orang lanjut usia dirawat di unit gawat darurat akibat cedera jatuh.⁵ Jatuh pada lansia dapat memberikan berbagai dampak yang serius seperti cedera jaringan, fraktur, kecacatan, penurunan kemampuan mobilisasi, dan kematian.⁶

Aktivitas sehari-hari merupakan salah satu parameter untuk menilai status fungsional seseorang, khususnya usia lanjut. Hal ini dapat diamati dari kemampuannya atau kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari.⁷ Lansia yang secara fisik aktif memiliki risiko jatuh lebih rendah dibandingkan lansia yang aktivitas sehari-harinya yang rendah. Melakukan aktivitas fisik secara teratur dapat meningkatkan keseimbangan dan kekuatan otot, sehingga dapat meminimalisir kemungkinan terjatuh.⁸

Penelitian yang dilakukan oleh Houry *et al* pada tahun 2022 mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan risiko jatuh pada lansia menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.⁸ Hasil yang serupa juga ditemukan pada penelitian Errix *et al* pada tahun 2022 yang menyatakan adanya hubungan antara aktivitas sehari-hari dengan resiko jatuh pada lansia.⁹ Akan tetapi, penelitian serupa yang dilakukan pada lansia yang bertempat tinggal di panti sosial Kota Jambi belum banyak dilakukan. Oleh karenanya, penelitian ini mencoba mengetahui hubungan antara aktivitas fisik berdasarkan indeks Barthel dengan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi tahun 2024.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Adakah hubungan aktivitas fisik berdasarkan indeks Barthel dengan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Kota Jambi Tahun 2024?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik berdasarkan Indeks Barthel dengan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Kota Jambi

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik subjek penelitian meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat penyakit pada lansia di Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Kota Jambi.
2. Mengetahui aktivitas fisik berdasarkan indeks Barthel dan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Kota Jambi.
3. Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik berdasarkan indeks Barthel dengan risiko jatuh pada lansia Panti Sosial Tresna Wedha Budi Luhur Kota Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Sebagai sumber pengetahuan untuk menambah wawasan tentang hubungan aktivitas fisik berdasarkan indeks Barthel dengan risiko jatuh pada lansia.

1.4.2 Manfaat Bagi Responden

Studi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran lansia akan pentingnya aktivitas fisik dalam mengurangi risiko jatuh, serta mendorong penerapan tindakan pencegahan untuk menghindari kejadian jatuh pada lansia.

1.4.3 Manfaat Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memperkaya bidang gerontologi dengan memberikan bukti ilmiah tentang aktivitas fisik dan hubungannya dengan risiko jatuh pada lansia.