

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini telah dibahas mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, dan manfaat penelitian dari kajian literatur.

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara dengan jumlah populasi manusia yang tinggi termasuk jumlah populasi lansianya. Menurut Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998, lansia merupakan orang yang berusia 60 tahun ke atas. Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, jumlah penduduk lanjut usia berdasarkan sensus penduduk lanjut usia yang dilakukan di Indonesia pada tahun 2010 adalah 18,1 juta jiwa atau sekitar 7,6% dari jumlah penduduk Indonesia. Pada tahun 2014 jumlah penduduk lanjut usia meningkat menjadi 18,781 juta jiwa dan diperkirakan jumlah penduduk lanjut usia pada tahun 2025 akan mencapai 36 juta jiwa.

WHO (2016) menyebutkan bahwa secara global, jatuh merupakan penyebab utama kedua terjadinya kecelakaan bahkan kematian yang tidak disengaja. Setiap tahun diperkirakan di seluruh dunia terdapat 424.000 jiwa yang meninggal karena jatuh dengan 80% kasus berada di negara berpenghasilan rendah hingga menengah dan lansia dengan usia lebih dari 65 tahun menjadi jumlah populasi terbesar yang mengalami jatuh. WHO (2016) juga menambahkan bahwa setiap tahunnya terdapat 7,3 juta kasus lansia yang jatuh dan mengalami kondisi yang memburuk hingga

mempertahankan keseimbangan. Sementara di Indonesia, sepertiga dari total lansia yang tinggal di masyarakat berada pada kelompok resiko jatuh yang dapat mengakibatkan luka parah bahkan kematian (KemenKes RI, 2013).

Proses penuaan atau menua merupakan salah satu siklus kehidupan yang dialami oleh setiap manusia. Menua merupakan proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan tubuh untuk mempertahankan struktur dan fungsi normal (Darmojo, 2009). Menurut Tuunainen et al (2013) penambahan usia seseorang berpengaruh terhadap penurunan fungsi keseimbangan dan hal ini mulai terjadi pada usia 60 tahun baik pada pria maupun wanita. Secara biologis, lansia akan mengalami proses penuaan secara terus menerus yang ditandai dengan penurunan daya tahan fisik dan rentan terhadap serangan penyakit (Badan Pusat Statistik, 2014). Hal ini akan berdampak pada berbagai peningkatan risiko pada lansia, seperti vertigo, dementia, *dizziness*, jatuh, *fainting* (The American Geriatrics Society, 2012).

Salah satu hal yang harus diwaspadai pada lansia adalah kejadian jatuh karena melihat dari data WHO (2016) yang menyatakan bahwa jatuh merupakan penyebab utama kedua terjadinya kecelakaan bahkan kematian yang tidak disengaja. Pernyataan Gunarto (2005) yang dikutip oleh Kusnanto (2007) menyatakan bahwa 31% - 48% lansia jatuh karena gangguan keseimbangan. Menurut Cho et al (2012) menyatakan bahwa gangguan keseimbangan juga akan berdampak pada jatuh dan telah

diketahui bahwa peningkatan usia berhubungan dengan insiden jatuh. Oleh karena itu upaya meningkatkan keseimbangan harus dilakukan agar dapat menekan angka kejadian jatuh pada lansia yang diakibatkan karena kurangnya keseimbangan pada lansia. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan kajian literatur terhadap penelitian-penelitian yang sudah ada mengenai bagaimana upaya meningkatkan keseimbangan lansia untuk mencegah kejadian jatuh.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, timbul rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana upaya meningkatkan keseimbangan lansia untuk mengurangi risiko jatuh pada lanjut usia?”

1.3 Tujuan Penelitian

Kajian literatur ini bertujuan untuk mengidentifikasi upaya yang dapat meningkatkan keseimbangan dalam mengurangi risiko jatuh pada lanjut usia.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana upaya untuk meningkatkan keseimbangan dalam mengurangi risiko jatuh pada lanjut usia?

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Mahasiswa

Hasil kajian literatur ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan dan mencegah terjadinya kejadian jatuh pada lanjut usia.

1.5.2 Bagi Pembaca

Hasil kajian literatur ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi pembaca agar ikut serta dalam upaya meningkatkan keseimbangan untuk mengurangi risiko jatuh pada lanjut usia.

1.5.3 Pengembangan Penelitian

Hasil kajian literatur ini diharapkan dapat menjadi sumber untuk melakukan penelitian empiris tentang upaya pencegahan jatuh pada lanjut usia.

