

**HUBUNGAN TINGKAT KEMANDIRIAN AKTIVITAS  
SEHARI-HARI DENGAN RISIKO JATUH PADA  
LANZIA DI PSTW UNIT BUDHI LUHUR  
KASONGAN BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :  
YULINDA PERMATA SARI  
201110201069**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2015**

**HUBUNGAN TINGKAT KEMANDIRIAN AKTIVITAS  
SEHARI-HARI DENGAN RISIKO JATUH PADA  
LANZIA DI PSTW UNIT BUDHI LUHUR  
KASONGAN BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :  
YULINDA PERMATA SARI  
201110201069**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2015**

**HUBUNGAN TINGKAT KEMANDIRIAN AKTIVITAS  
SEHARI-HARI DENGAN RISIKO JATUH PADA  
LANSIA DI PSTW UNIT BUDHI LUHUR  
KASONGAN BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan  
pada Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun Oleh :  
YULINDA PERMATA SARI  
201110201069**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2015**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN TINGKAT KEMANDIRIAN AKTIVITAS  
SEHARI-HARI DENGAN RISIKO JATUH PADA  
LANSIA DI PSTW UNIT BUDHI LUHUR  
KASONGAN BANTUL  
YOGYAKARTA**

**THE CORRELATION LEVEL OF INDEPENDENCE  
DAILY ACTIVITIES WITH THE FALL RISK  
ELDERLY IN PSTW UNIT BUDI LUHUR  
KASONGAN BANTUL  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Oleh :  
YULINDA PERMATA SARI  
20111201069**

Telah disetujui pada tanggal :  
20 Mei 2015



Pembimbing

Drs. Sugiyanto, M.Kes

# HUBUNGAN TINGKAT KEMANDIRIAN AKTIVITAS SEHARI-HARI DENGAN RISIKO JATUH PADA LANSIA DI PSTW UNIT BUDHI LUHUR KASONGAN BANTUL YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Yulinda Permata Sari<sup>2</sup>, Sugiyanto<sup>3</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta

Email : [yulindapermatasari.y@gmail.com](mailto:yulindapermatasari.y@gmail.com)

**Abstract** : The research to investigate the relationship between the levels of elderly self-occupation in doing their daily activities with their falling risks at the UnitBudhi Luhur retirement house of Kasongan Bantul Yogyakarta. This study employed the descriptive correlational method with cross sectional approach. The research population was 88 elderly at UnitBudhi Luhur Retirement house of Kasongan Bantul Yogyakarta. The research samples were 47 elderly taken through purposive sampling technique. The data were then analyzed by using Chi Square correlational formula. The result of Chi Square statistical test showed the significant value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) with the degree of the relation in the variables of 0.465. There is the relationship between the levels of self occupation and the falling risk on elderly at unit Budhi Luhur Retirement house of Kasongan Bantul Yogyakarta.

Keywords : elderly, self-occupation levels, falling risk

**Intisari** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode *Deskriptif Korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 88 orang dari semua usia lanjut yang terdapat dalam PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* didapatkan 47 orang. Analisa data menggunakan rumus korelasi *Chi Square*. Hasil uji statistik *Chi Square* didapatkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan keeratan hubungan variabel sebesar 0,465. Ada hubungan yang bermakna antara tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul Yogyakarta.

Kata Kunci : lansia, tingkat kemandirian, risiko jatuh

## PENDAHULUAN

Seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup penduduk lanjut usia di Indonesia, maka hal ini dapat menjadi penyebab peningkatan populasi penduduk lanjut usia. Meningkatnya populasi lansia ini bukan hanya fenomena yang terjadi di Indonesia, tetapi juga terjadi secara global (Maryam dkk, 2008).

WHO memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang. Data WHO juga memperkirakan 75% populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berada di negara berkembang.

Bertambahnya jumlah penduduk lansia di Indonesia sebagai dampak keberhasilan pembangunan, menyebabkan meningkatnya permasalahan pada kelompok lansia. Usia lanjut dalam perjalanan hidupnya secara alami akan mengalami masa tua dengan segala keterbatasannya terutama dalam masalah kesehatan. Hal tersebut diperkuat lagi dengan kenyataan, bahwa kelompok lansia lebih banyak menderita penyakit yang menyebabkan menurunnya kemampuan dalam melakukan aktivitas dibandingkan dengan orang yang lebih muda. Keadaan tersebut masih diperparah lagi dengan lansia yang lebih memiliki kecenderungan menderita berbagai macam gangguan fisiologi yang bersifat kronik, juga secara biologik, psikis, sosial ekonomi, akan mengalami kemunduran. (Azizah, 2011).

Jatuh adalah kejadian yang tidak disadari dimana seseorang terjatuh dari tempat yang lebih tinggi ke tempat yang lebih rendah yang bisa disebabkan oleh hilangnya kesadaran, stroke atau kekuatan yang berlebihan (Masud, Moris, 2006 dalam Pranarka & Kris 2009). Berdasarkan survei masyarakat di Amerika Serikat didapatkan sekitar 30% lansia yang berumur lebih dari 65 tahun, setiap tahunnya mengalami jatuh. Separuh dari angka tersebut mengalami jatuh berulang. (Kanne, dkk, 1994, dalam Nugroho, 2012).

Insiden jatuh di Indonesia tercatat dari 115 penghuni panti sebanyak 30 lansia atau sekitar 43,47% mengalami jatuh. Kejadian jatuh pada lansia dipengaruhi oleh faktor intrinsik seperti gangguan gaya berjalan, kelemahan otot ekstremitas bawah, dan kekakuan sendi, serta faktor ekstrinsik seperti lantai yang licin, tersandung oleh benda, penglihatan kurang karena cahaya kurang terang, dan terbatasnya pegangan untuk berjalan (Darmojo, 2004). Menurut penelitian Khairunnisa, 2013 kejadian jatuh pada lansia di PSTW unit budhi luhur kasongan Bantul sebesar 38,5% atau 29 dari 75 orang.

Secara umum kondisi fisik seseorang yang telah memasuki lanjut usia mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari beberapa perubahan penampilan pada wajah, tangan, dan kulit, perubahan bagian dalam tubuh seperti sistem saraf, perubahan panca indera seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan perubahan motorik, antara lain berkurangnya kekuatan, kecepatan dan belajar ketrampilan baru. Perubahan-perubahan tersebut pada umumnya mengarah pada kemunduran. Kesehatan fisik dan psikis yang akhirnya akan berpengaruh pada penurunan aktifitas kehidupan sehari-hari (Potter & Perry, 2005).

Permasalahan yang dihadapi oleh lansia dapat diatasi dengan kebijakan dan pembinaan bagi lansia yang ditetapkan melalui Peraturan Pemerintah No. 43 tahun 2004 tentang pelaksanaan upaya peningkatan kesejahteraan lanjut usia. Upaya tersebut mencakup pelayanan keagamaan, mental, spiritual, pelayanan kesehatan dan pelayanan umum, kemudahan dalam penggunaan fasilitas umum bagi lansia. (Dinkes, 2011).

Menurut wawancara dengan petugas panti diketahui bahwa masyarakat beranggapan bahwa lansia yang memiliki risiko jatuh itu perlu mendapat perhatian khusus dengan tetap dipelihara dan ditingkatkan agar selama mungkin dapat hidup sesuai kemampuannya sehingga dapat ikut serta berperan aktif dalam pembangunan.

Berdasarkan studi pendahuluan oleh peneliti tanggal 22 Oktober 2014, Panti Sosial Tresna Werdha di Kasongan Bantul mempunyai lansia sebanyak 88 orang. Lansia di panti tersebut diperkirakan sebanyak 80% atau 70 orang berpotensi memiliki risiko jatuh. Hasil dari wawancara peneliti dengan petugas panti didapatkan bahwa dari sejumlah lansia yang ada di PSTW, lansia yang mengalami jatuh tergolong cukup tinggi yaitu sebanyak 70 lansia. Risiko jatuh ini disebabkan oleh faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik adalah faktor yang berasal dari dalam diri lansia itu sendiri seperti gangguan gaya berjalan, pusing, insomnia dan penglihatan kabur, sedangkan untuk faktor ekstrinsik sendiri adalah faktor dari luar atau lingkungan tempat tinggal lansia seperti lantai yang licin, tersandung oleh benda, pencahayaan kurang terang, dan terbatasnya pegangan untuk berjalan.

Berdasarkan berbagai uraian di atas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-hari Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian non-eksperimen menggunakan metode Deskriptif Korelasidengan pendekatan *cross sectional* yaitu metode pengambilan data variabel bebas (tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari) dan variabel terikat (risiko jatuh) dilakukan pada waktu yang cukup singkat tanpa harus mengikuti terus menerus (Wasis, 2008).

Populasi dalam penelitian ini adalah usia lanjut yang terdapat dalam PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta yang telah dilakukan berjumlah 88 orang. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu dengan memilih sampel yang akan diikutsertakan untuk penelitian sebanyak 47 orang. Dengan kriteria inklusi sebagai berikut : bersedia menjadi responden, usia  $\geq 60$  tahun, mampu berkomunikasi dengan baik, suara jelas dan tidak mengalami gangguan pendengaran, dan lansia yang mandiri maupun lansia yang tidak mandiri. Sedangkan kriteria eksklusi sebagai berikut : mempunyai penyakit fisik yang mengganggu beraktivitas, Penurunan kesadaran, lansia yang mengundurkan diri atau dropout.

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner ( Barthel Indeks) dan pemeriksaan fisik menggunakan spygmanometer. Tingkat kemandirian menggunakan kuesioner melalui penilaian terhadap beberapa pertanyaan yang diajukan dengan jawaban dibantu dan mandiri. Sedangkan untuk risiko jatuh dilakukan dengan cara pemeriksaan fisik (Hipotensi Postural) menggunakan tensi diukur dengan cara ditensi dengan posisi berbaring, duduk dan berdiri. Penelitian ini tidak dilakukan uji valid dan reliabilitas karena kuesionernya sudah baku dan pemeriksaan fisik juga menggunakan alat.

Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Chi Square*. Pengujian analisis akan dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer. Uji signifikansi dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat nilai p (peluang galat/kesalahan  $\alpha$ ) dengan kriteria :

$P < 0,05$  :  $H_0$  ditolak

$P > 0,05$  :  $H_0$  diterima

## HASIL PENELITIAN

### Gambaran Umum

Penelitian ini dilakukan di PSTW Unit Budhi Luhur terletak di wilayah desa Kasongan, kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul DIY. Di PSTW tersebut terbagi menjadi 8 wisma yaitu A,B,C, H (Semi Isolasi), D,E,F, dan G sebagai tempat tinggal lansia dan masing-masing dihuni oleh sekitar 5-12 lansia. Seluruh lansia di PSTW itu sebanyak 88 orang. Dua diantaranya sebagai wisma untuk tempat tinggal lansia dengan biaya pribadi. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 Februari – 6 Februari 2015.

### Karakteristik responden penelitian

Tabel 4.1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, dan pendidikan

No	Karakteristik responden	Frekuensi	Persentase
1	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	19	40,4 %
	Perempuan	28	50,9 %
	Total	47	100 %
2	<b>Umur</b>		
	Elderly	26	55,3 %
	Old	21	44,7 %
	Total	47	100 %
4	<b>Pendidikan</b>		
	SLTA	4	8,5 %
	SLTP	8	17,0 %
	SD	2	4,3 %
	Tidak Sekolah	33	77,2 %
	Total	47	100 %

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin. Jenis kelamin perempuan memperoleh jumlah tertinggi yaitu sebesar 28 orang atau 50,9%. Sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki sebesar 19% atau 40,4%. Sebagian besar responden termasuk dalam kategori (*elderly*) yaitu sebanyak 26 orang responden atau 55,3%. Sedangkan untuk umur responden dalam kategori sebanyak 21 orang atau 44,7%. Pendidikan responden sebagian besar yaitu pada tingkat tidak sekolah sebanyak 33 orang atau (77,2%) dan sebagian kecil tingkat SD sebanyak 2 orang atau (4,3%).

### Deskripsi Data Penelitian

Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Kemandirian Lanjut Usia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul

Kategori	Frekuensi	Persentase
Mandiri	36	76,6
Ketergantungan Sebagian	11	23,4
Ketergantungan Total	0	0,0
Total	47	100,0



Pada analisis tabel 4.2 distribusi tingkat kemandirian lanjut usia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul Yogyakarta ditemukan bahwa mayoritas responden mandiri sebanyak 36 orang (76,6%) dan usia lanjut yang mengalami ketergantungan sebagian sebanyak 11 orang (23,4%), sedangkan untuk usia lanjut yang mengalami ketergantungan total tidak ada.

Tabel 4.3 Distribusi Risiko Jatuh Lanjut Usia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul

Kategori	Frekuensi	Persentase
Memiliki risiko Jatuh	36	76,6
Tidak Memiliki risiko jatuh	11	23,4
Total	47	100,0

Pada Analisis distribusi risiko jatuh lanjut usia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul Yogyakarta ditemukan bahwa mayoritas responden memiliki risiko jatuh sebanyak 36 responden (76,6%), sedangkan lansia yang tidak memiliki risiko jatuh sebanyak 11 responden (23,4%).

Tabel 4.3 Hubungan Tingkat Kemandirian Aktivitas Sehari-hari dengan Risiko Jatuh pada Lansia di PSTW Unit budhi Luhur Bantul Yogyakarta

	Risiko Jatuh				Total		P Value (sig)	r <sup>2</sup>
	Memiliki risiko jatuh		Tidak memiliki risiko jatuh					
Tingkat Kemandirian	N	%	N	%	N	%	0.000	0.465
Mandiri	32	88,9	4	11,1	36	76,6		
Ketergantungan sebagian	4	36,4	7	63,6	11	23,4		
Ketergantungan total	0	0	0	0	0	0		
Total	36	125,3	11	74,7	47	100,0		

Dari tabel 4.3 diatas menunjukkan mayoritas responden memiliki risiko jatuh dan memiliki kemandirian yang mandiri yaitu sebesar 32 responden atau (88,9%).

Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan tehnik komputerisasi program SPSS 20 dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* untuk mencari hubungan dan menguji hipotesa antar dua variabel bila datanya nominal dengan ordinal. Ha diterima jika signifikansi < 0,05 (p<0,05)).

Berdasarkan tabel 4.3 memperlihatkan bahwa nilai signifikansi 0,000 (p < 0,05), maka hipotensis Ha diterima yang artinya ada hubungan tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Yogyakarta. Tingkat keeratan hubungan pada kedua variabel tersebut ditunjukkan pada *contingency coefficient* yaitu dengan nilai 0,465. Dapat dikatakan

bahwa hubungan kedua variabel memiliki tingkat hubungan sedang karena koefisien korelasi dalam rentang 0,40-0,599, jadi artinya ada hubungan tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Yogyakarta tetapi tingkat hubungannya sedang.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Jenis Kelamin

. Jenis kelamin perempuan memperoleh jumlah tertinggi yaitu sebesar 28 orang atau 50,9%. Sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki sebesar 19% atau 40,4%. Hal ini sesuai dengan usia harapan hidup perempuan yang lebih tinggi dibandingkan usia harapan hidup laki-laki, yaitu sebanyak 74 tahun untuk usia harapan hidup perempuan dan 69 tahun untuk usia harapan hidup laki-laki (KEMENKES RI, 2012).

#### b. Umur

Semakin tinggi usia seseorang akan lebih berisiko memiliki masalah kesehatan karena adanya faktor penuaan lansia tersebut yang akan mengalami perubahan penuaan bagi dari segi fisik, ekonomi, psikososial, kognitif maupun spiritual.

#### c. Pendidikan

Pendidikan responden sebagian besar adalah tidak sekolah dengan presentase 77,2 %, hal ini terjadi karena lansia menganggap pendidikan tidaklah suatu yang penting. Menurut Triswandari, 2008 semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki sehingga pengetahuan tentang kesehatan juga semakin tinggi. Pendidikan atau tingkat pengetahuan yang di dalamnya terdapat kemampuan kognitif yang membentuk cara berfikir seseorang termasuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakit dalam upaya menjaga kesehatan.

### 2. Tingkat Kemandirian

Tabel 4.2 menunjukkan tingkat kemandirian lanjut usia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul Yogyakarta ditemukan bahwa mayoritas responden mandiri sebanyak 36 responden (76,6%), sedangkan untuk yang ketergantungan sebagian sebanyak 11 responden (23,4%). Hampir seluruh responden pada penelitian ini mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Mandiri adalah kebebasan untuk bertindak, tidak tergantung pada orang lain, tidak terpengaruh pada orang lain dan bebas mengatur diri sendiri atau aktivitas seseorang baik individu maupun kelompok dari berbagai kesehatan atau penyakit. Mandiri juga dikatakan merawat diri sendiri atau merawat diri dan dapat melakukan aktivitas kehidupan sehari-hari (AKS). AKS ADL pekerjaan rutin sehari-hari seperti halnya ; makan, minum, mandi, berjalan, tidur, duduk, BAB, BAK, dan bergerak (Setiawan, 2009).

Menurut Hardiwynoto (2005) faktor yang mempengaruhi penurunan *Activity Daily Living* bukan hanya masalah fisik, namun juga dapat karena kapasitas mental, status mental seperti kesedihan dan depresi, penerimaan terhadap fungsinya anggota tubuh dan dukungan keluarga.

Berdasarkan observasi peneliti banyak ditemukan lansia tetap memaksa untuk memenuhi aktivitasnya sendiri secara mandiri misalnya lansia tetap berusaha mandiri untuk pergi ke toilet walaupun sudah tidak mampu untuk berjalan dengan normal. Pada beberapa lansia, mereka tetap berusaha untuk

makan secara mandiri walaupun mereka sudah tidak mampu untuk memasukkan lebih banyak nasi ke mulut karena penyakit dan kelemahan yang mereka miliki.

### 3. Risiko Jatuh

Tabel 4.3 menunjukkan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul Yogyakarta ditemukan bahwa mayoritas responden memiliki risiko jatuh sebanyak 36 responden (76,6%), sedangkan responden yang tidak memiliki risiko jatuh sebanyak 11 responden (23,4%).

Menurut Miller (2004) risiko jatuh pada lansia meningkat seiring dengan bertambahnya faktor risiko jatuh yaitu usia, kondisi patologis dan faktor lingkungan. Lansia mengalami kemunduran atau perubahan morfologis pada otot yang menyebabkan perubahan fungsional otot, yaitu terjadi penurunan kekuatan dan kontraksi otot, elastisitas dan fleksibilitas otot, serta kecepatan dalam hal apapun. Penurunan fungsi dan kekuatan otot akan mengakibatkan penurunan kemampuan mempertahankan keseimbangan tubuh manusia.

Terdapat beberapa hal yang dapat menyebabkan gangguan keseimbangan postural atau keseimbangan tubuh manusia, diantaranya efek penuaan, kecelakaan, maupun karena faktor penyakit. Namun dari tiga hal tersebut, faktor penuaan adalah faktor utama penyebab gangguan keseimbangan postural pada lansia (Avers, 2007). Menurut Probosuseno (2008) tingkat aktivitas menjadi salah satu penyebab terjadinya jatuh pada lansia, sehingga lansia yang aktif akan memiliki risiko jatuh lebih besar dari pada lansia yang tidak aktif.

Penelitian ini didukung oleh penelitian Rahayu (2014) yang berjudul hubungan fungsi kognitif dengan risiko jatuh pada lanjut usia di PSTW Unit Budhi Luhur Yogyakarta menunjukkan bahwa dari 30 responden mayoritas memiliki risiko jatuh tinggi sejumlah 15 orang (50%). Beberapa alasan yang menyebabkan lansia jatuh yaitu pusing, gangguan penglihatan, lantai yang licin, terpeleset dan kurangnya keseimbangan tubuh.

Dari hasil pemeriksaan wanita lebih memiliki risiko jatuh lebih banyak dibandingkan laki-laki. Hal ini mendukung teori yang menyatakan bahwa wanita lebih rentan terkena osteoporosis akibat penurunan hormon estrogen dan progesteron. Osteoporosis pada lansia merupakan faktor risiko yang menyebabkan lansia mengalami jatuh. Selain itu kondisi lingkungan juga mempengaruhi kondisi lansia yang memiliki risiko jatuh. Kondisi lingkungan di PSTW Yogyakarta Unit Budhi Luhur sudah cukup aman dan nyaman bagi lansia karena sudah terdapat pegangan besi di setiap sudut ruangan.

Hasil observasi menunjukkan bahwa lansia yang memiliki risiko jatuh tidak mengetahui penyebab dan akibatnya. Bagi lansia segala penyakit dan kelainan seperti risiko jatuh itu karena faktor usia saja atau mereka sering menyebutnya karena sudah tua, nenek-nenek, atau simbah-simbah. Faktor usia memang tidak bisa kita rubah dengan cara apapun. Berkembangnya ilmu pengetahuan khususnya ilmu kesehatan dan keperawatan bisa meminimalkan risiko jatuh pada lansia ataupun penyakit lainnya. Hal ini perlu dijelaskan bagi lansia agar lansia bisa mengurangi faktor-faktor risiko yang terjadi pada lansia tersebut.

### 4. Hubungan Tingkat kemandirian dengan risiko jatuh pada lansia

Hasil tingkat kemandirian pada lansia yang mandiri sebanyak 36 orang dan ketergantungan sebagian sebanyak 11 orang, sedangkan untuk risiko jatuh, lansia yang memiliki risiko jatuh sebanyak 36 orang dan yang tidak memiliki risiko jatuh sebanyak 11 orang. Hasil ini tidaklah terbalik, tetapi memang pada dasarnya hasil penelitian memang menunjukkan data yang seperti itu. Lansia yang memiliki tingkat kemandirian sebanyak 36 orang tersebut belum tentu

mereka memiliki risiko jatuh karena dari 36 orang tersebut terdapat lansia dengan kemandirian yang mandiri dan memiliki risiko jatuh, serta ada pula lansia mandiri yang tidak memiliki risiko jatuh.

Lansia yang memiliki kemandirian tinggi dapat diartikan dalam melakukan imobilisasi lebih banyak daripada lansia yang dibantu. Maka dari itu lansia yang mandiri dapat memiliki risiko jatuh yang tinggi pula dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini disebabkan karena penurunan otot fungsi tubuh pada lansia tersebut. Aktivitas dan lingkungan merupakan faktor yang berperan terhadap terjadinya jatuh. Ketika lansia berusaha memenuhi ADL-nya secara mandiri sedangkan lansia tersebut memiliki banyak faktor untuk terjadinya jatuh misalnya penuaan, perubahan pada sistem muskuloskeletal dan kondisi patologis maka risiko jatuh akan semakin meningkat (Miller, 2004).

Tingkat kemandirian sangat diperlukan bagi lansia karena dengan mandiri lansia dapat melakukan aktivitasnya sendiri tanpa meminta bantuan orang lain dan dapat memperkuat sendi-sendinya sehingga risiko untuk jatuh sedikit teratasi. Tetapi bagi lansia yang tidak bisa untuk melakukan aktivitas sehari-hari sendiri di anjurkan untuk dibantu, karena orang yang sudah tua pastinya sudah mengalami perubahan yang banyak. Apabila lansia memaksa untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan sendinya kurang kuat ditakutkan nanti lansia dapat mengalami risiko jatuh. Semakin seseorang mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan maka semakin besar untuk memiliki risiko jatuh.

Berdasarkan hasil penelitian hubungan tingkat kemandirian sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Yogyakarta didapatkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), maka hipotesis  $H_a$  diterima yang artinya ada hubungan tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Yogyakarta.

Tingkat keeratan hubungan pada kedua variabel tersebut ditunjukkan pada *contingency coefficient* yaitu dengan nilai 0,465. Dapat dikatakan bahwa hubungan kedua variabel memiliki tingkat hubungan sedang karena koefisien korelasi dalam rentang 0,40-0,599, jadi artinya ada hubungan tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Yogyakarta tetapi tingkat hubungannya sedang.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat kemandirian pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta paling banyak responden dengan tingkat kemandirian pada kategori mandiri yaitu sebanyak 36 responden (76,6%), sedangkan Risiko jatuh lanjut usia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Yogyakarta ditemukan bahwa mayoritas responden memiliki risiko jatuh sebanyak 36 responden (76,6%). Hasil uji statistik korelasi *Chi Square* didapatkan hasil penelitian diperoleh nilai  $p$  value 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti alpha 5% terlihat ada hubungan yang bermakna antara tingkat kemandirian aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di PSTW Unit Budhi Luhur Bantul Kasongan Bantul Yogyakarta Tahun 2015.

## SARAN

### 1. Bagi Responden

Kepada lansia diharapkan untuk memperhatikan faktor-faktor yang dapat menyebabkan jatuh baik dari dalam dirinya sendiri ataupun dari lingkungan sekitar dan dapat mempertahankan kemandiriannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

### 2. Bagi PSTW Unit Budhi Luhur bantul Yogyakarta

Dapat dengan cara mengaplikasikan tehnik pencegahan jatuh tinggi sebagai intervensi keperawatan pada asuhan keperawatan pada lansia dan tetap mempertahankan kemandiriannya dalam memfasilitasi kebutuhan sehari-hari dan tetap memperhitungkan keamanan aspek keamanan lansia agar tidak terjadi jatuh. Penggunaan alat bantu yang tepat seperti *cane* (tongkat), *crutch* (tongkat ketiak) dan *Walker* dapat mengurangi risiko jatuh pada lansia di panti.

### 3. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada variabel lain yang berhubungan dengan risiko jatuh maupun tingkat kemandirian atau dapat melakukan penelitian pada variabel pengganggu yang belum diteliti.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta

Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Departemen Kesehatan RI. (2003). *Kemandirian Lansia*. Jakarta

DepKes RI. (2003). *Pedoman Pengelolaan :KegiatanKesehatan Di KelompokUsiaLanjut*. Jakarta :Edisi Ke-2.

Kementerian Kesehatan. *Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2012*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2012.

Maryam, S. R, dkk. (2008). *Mengenal usia lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoadmojo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Asdi Mahasatya. Jakarta.

Notoadmojo, S. (2010). *Metodeologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta : Jakarta

Nugroho, Wahjudi. (2012). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik Edisi 3*. Jakarta. EGC

Peraturan Pemerintah Nomor 43 Tahun 2004 Tentang Pelaksanaan Upaya Peningkatan Kesejahteraan Lanjut Usia di ambil dalam [http://dkk.balikipapan.go.id/index.php?option=com\\_content&task=view&id=123&Itemid=1](http://dkk.balikipapan.go.id/index.php?option=com_content&task=view&id=123&Itemid=1) diakses tanggal 26 Desember 2014

Potter, P.A.,& Perry, A.G. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan : konsep,*

*proses, dan praktik. Edisi 4. Volume 1 dan 2. Alih Bahasa : Yasmin Asih, dkk. Jakarta : EGC*

Price, Sylvia A, (2006). *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit Edisi 6.* Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta

Saryono. (2011). *Kumpulan Instrumen Penelitian Kesehatan.* Yogyakarta: Nuha Medika

Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan.* Surabaya : Graha Ilmu

