

Gambaran Faktor Intrinsik, Persepsi Risiko, Dan Gangguan Kognitif Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia di Rumah Sakit St. Elisabeth Lela

Ma. Clara Yureka W.I.¹, Joan Puspita Tanumihardja², Frederikus Vinsensius³

^{1,2,3}Stikes St. Elisabeth Keuskupan Maumere

Corresponding Author: Ma. Clara Yureka W.I., Yuri, e-mail: yurekaselma@gmail.com

Published: July, 2025

ABSTRAK

Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas yang mempunyai hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara. Risiko jatuh merupakan kejadian hampir jatuh pada pasien di unit perawatan pada saat pasien istirahat maupun saat pasien terjaga, rentan terhadap resiko jatuh, yang dapat menyebabkan bahaya fisik dan gangguan kesehatan. Risiko jatuh merupakan salah satu permasalahan utama pada lansia dan berdampak serius terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial. Selain faktor intrinsik seperti kelemahan otot dan gangguan penglihatan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa persepsi risiko dan gangguan kognitif juga berperan signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh faktor intrinsik, persepsi risiko jatuh dan gangguan kognitif terhadap risiko jatuh pada lansia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel sebanyak 40 lansia dirawat di RS St. Elisabeth Lela yang diambil secara accidental sampling. Instrumen yang digunakan terdiri atas kuesioner risiko jatuh, *Fall Efficacy Scale-International* (FES-I) dan Mini-Cog. Data dianalisis secara univariat. Sebanyak 75% lansia berada pada risiko jatuh tinggi. Sebagian besar memiliki persepsi risiko rendah (60%), dan gangguan kognitif ringan (40%). Ditemukan hubungan signifikan antara gangguan kognitif dan persepsi risiko dengan tingkat risiko jatuh lansia. Risiko jatuh pada lansia dipengaruhi oleh kombinasi faktor intrinsik, persepsi diri, dan fungsi kognitif dan edukasi peningkatan kewaspadaan jatuh.

Keywords: Lansia, Resiko_Jatuh, Gangguan_Kognitif, Faktor_Intrinsik

ABSTRACT

Elderly (Lansia) is someone who has reached the age of 60 years and above who has the same rights in social, national, and state life. The risk of falling is an almost falling incident in patients in the care unit when the patient is resting or when the patient is awake, vulnerable to the risk of falling, which can cause physical harm and health problems. The risk of falling is one of the main problems in the elderly and has a serious impact on physical, mental, and social health. In addition to intrinsic factors such as muscle weakness and visual impairment. Recent research shows that risk perception and cognitive impairment also play a significant role. This study aims to analyze the influence of intrinsic factors, perception of the risk of falling and cognitive impairment on the risk of falling in the elderly. This study uses a quantitative descriptive analytical approach with a cross-sectional design. A sample of 40 elderly people treated at St. Elisabeth Lela Hospital was taken by accidental sampling. The instruments used consisted of a fall risk questionnaire, the Fall Efficacy Scale-International (FES-I), and the Mini-Cog. Data were described univariately. Seventy-five percent of older adults were at high risk of falling. Most had low risk perception (60%) and mild cognitive impairment (40%). A significant relationship was found between cognitive impairment and risk perception and the level of fall risk in older adults. Fall risk in older adults is influenced by a combination of intrinsic factors, self-perception, cognitive function, and fall awareness education.

Keywords: Elderly, Fall Risk, Cognitive Impairment, Intrinsic Factors

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk lanjut usia (lansia) di dunia menunjukkan tren yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Lansia didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas dan

memiliki hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara. Data dari World Population Data Sheet dan World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa populasi lansia diperkirakan akan meningkat secara signifikan, dengan lebih dari 50% lansia dunia tinggal di kawasan Asia. Indonesia sendiri tengah memasuki fase *aging population*, dengan jumlah lansia mencapai 26,82 juta jiwa atau sekitar 9,92% dari total populasi pada tahun 2020 (Badan Pusat Statistik, 2020).

Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) termasuk dalam kategori daerah dengan pertumbuhan lansia yang tinggi. Pada tahun 2023, jumlah lansia di NTT meningkat drastis menjadi 530.928 jiwa dari 408.348 jiwa pada tahun 2018 (Badan Pusat Statistik Provinsi NTT, 2024). Peningkatan angka harapan hidup ini tentu merupakan hal yang menggembirakan, namun sekaligus menimbulkan tantangan baru dalam berbagai aspek, khususnya bidang kesehatan. Lansia rentan mengalami berbagai masalah kesehatan akibat proses degeneratif dan menurunnya fungsi organ tubuh seiring bertambahnya usia.

Salah satu permasalahan kesehatan yang paling sering terjadi pada lansia menurut Institut Of Medicine (Berg et al., 1992) adalah risiko jatuh. Jatuh merupakan insiden yang sering terjadi pada lansia, baik di komunitas maupun di fasilitas layanan kesehatan, dan dapat menyebabkan cedera serius, kecacatan, bahkan kematian. Faktor risiko jatuh pada lansia dibagi menjadi dua, yaitu faktor intrinsik (berasal dari kondisi internal individu) dan ekstrinsik (berasal dari lingkungan sekitar). Faktor intrinsik meliputi kelemahan otot, gangguan penglihatan, gangguan keseimbangan, penyakit kronis, serta efek samping obat-obatan.

Berbagai penelitian di dalam dan luar negeri menunjukkan prevalensi jatuh yang cukup tinggi pada lansia. Di Amerika Serikat, sekitar 30% lansia berusia di atas 65 tahun mengalami jatuh setiap tahunnya, dengan setengahnya mengalami jatuh berulang (CDC, 2024). Di Indonesia, penelitian yang dilakukan di sejumlah puskesmas dan panti jompo juga menunjukkan angka kejadian jatuh yang cukup tinggi. Kondisi ini diperkuat dengan studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit St. Elisabeth Lela, di mana ditemukan bahwa dari 68 pasien lansia yang dirawat pada bulan Desember 2023, sebanyak 70 orang teridentifikasi memiliki risiko tinggi jatuh. Hasil observasi lingkungan menunjukkan adanya beberapa faktor risiko, seperti lantai licin, tidak adanya pembatas kasur, serta kelemahan fisik dan gangguan penglihatan pada pasien lansia.

Melihat besarnya dampak dari kejadian jatuh pada lansia, maka diperlukan pemahaman yang mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi risiko tersebut, khususnya faktor intrinsik yang berasal dari kondisi kesehatan lansia itu sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan faktor intrinsik risiko jatuh pada lansia yang dirawat di Rumah Sakit St. Elisabeth Lela.

METODE

Study participants

Populasi adalah seluruh lansia yang dirawat di Rumah Sakit St. Elisabeth Lela pada Mei 2024 sebanyak 60 orang. Populasi yang ada diambil sampel sebanyak 40 orang diambil secara accidental sampling. Dengan kriteria inklusi lansia usia ≥ 60 tahun, sadar dan kooperatif, mampu berkomunikasi, dan bersedia menjadi responden.

Study organization

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif analitik dengan desain potong lintang (cross-sectional). Variabel dalam penelitian ini yang menjadi variable dependen: Tingkat risiko jatuh (rendah/tinggi), serta yang menjadi independen: faktor intrinsik (umur, kelemahan otot, gangguan penglihatan), persepsi risiko jatuh (FES-I), dan gangguan kognitif ringan (Mini-Cog). Penelitian ini menggunakan instrument tentang kuesioner risiko jatuh Kemenkes RI, Fall Efficacy Scale-International (FES-I), dan Mini-Cog.

Statistical analysis

Data dianalisis secara univariat menggunakan table distribusi frekuensi dan persentase

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang ada terdapat beberapa kelompok umur dari lansia yang dirawat di Puskesmas yang terdiri kelompok lanjut usia (60-74 tahun) sebanyak 20 orang dengan besar persentase 50%, kelompok lanjut usia tua (75-90 tahun) sebanyak 10 orang (25 %) dan kelompok usia sangat tua (≥ 90 tahun) sebanyak 10 orang (25%)dari total 40 responden penelitian yang sesuai dengan Tabel 1. Kondisi ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yokoya (2007) dengan hasil bahwa lansia yang berusia 60-74 tahun memiliki skor jatuh lebih tinggi dari pada laki-laki dan juga skor jatuh akan semakin meningkat dengan bertambahnya usia.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur

No	Umur	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Lanjut Usia (<i>Elderly</i>) (60-74 Tahun)	20	50
2.	Lanjut Usia Tua (<i>Old</i>) (75-90 Tahun)	10	25
3.	Usia Sangat Tua (<i>Very old</i>) (90 tahun keatas)	10	25
	Total	40	100%

Sedangkan jika dilihat pada Tabel 2. berdasarkan pengelompokkan jenis kelamin responden, maka dapat diketahui bahwa untuk jenis kelamin perempuan yang terbanyak yaitu sebanyak 30 orang (75%) sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki sebanyak 10 orang (25%)

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Laki-laki	10	25
2.	Perempuan	30	75
	Total	40	100

Jika dilihat pada Tabel 3. diketahui bahwa responden jika dikelompokkan berdasarkan pekerjaan yang dilakukan terbanyak yaitu pasien lansia yang merupakan Ibu Rumah Tangga sebanyak 20 orang (50%), pensiunan wiraswasta sebanyak 8 orang (20%), petani 6 orang (15%) dan sisanya pensiunan PNS, tukang, serta nelayan masing-masing berjumlah dua orang (5%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan

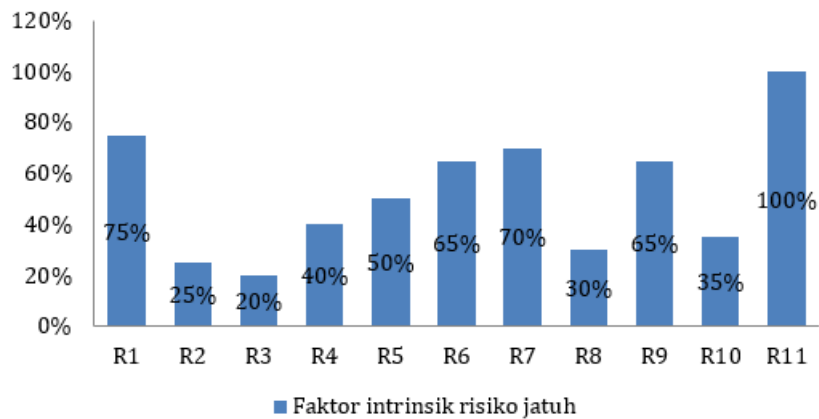
No	Jenis pekerjaan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	Pensiunan PNS	2	5
2	Pensiunan Wiraswasta	8	20
3	Petani	6	15
4	Tukang	2	5
5	Nelayan	2	5
6	IRT	20	50
	Total	40	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat risiko tinggi merupakan responden terbanyak yaitu sebanyak 30 orang (75%) sedangkan yang tingkat risiko rendah hanya sebanyak 10 orang (25%). Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data responden terbanyak memiliki pekerjaan sebagai IRT sebanyak 20 responden (50%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Juhendri (2016) lansia yang sudah memasuki usia diatas 65 tahun akan cenderung mengalami penurunan keseimbangan serta timbulnya rasa kekhawatiran tentang jatuh sehingga menyebabkan lansia menjadi kurang aktif dan berisiko terjadinya jatuh lebih tinggi. Tingginya risiko jatuh pada lansia banyak dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah faktor aktivitas fisik. Lansia yang tidak aktif akan berisiko untuk mengalami jatuh lebih tinggi dibandingkan lansia yang tergolong aktif dikarenakan kurang aktifnya lansia dalam melakukan aktivitas akan mempengaruhi penurunan kemampuan keseimbangan dan fleksibilitas tubuhnya.

Tabel 4. Distribusi Lansia Berdasarkan Tingkat Risiko Jatuh di RS ST. ELISABETH LELA

No	Tingkat risiko	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	Risiko rendah (1-3)	10	25
2.	Risiko Tinggi (>4)	30	75
	Total	40	100

Berdasarkan diagram diatas faktor intrinsik risiko jatuh terbanyak pada pasien yang dengan usia diatas 60 tahun keatas yaitu sebanyak 40 orang (100%) dan paling sedikit pada pasien yang dengan kebingungan setiap saat yaitu sebanyak 8 orang (20%).



Grafik 1. Faktor Intrinsik Risiko Jatuh

Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki risiko jatuh tinggi. Persepsi rendah terhadap risiko jatuh menyebabkan kurangnya tindakan pencegahan diri seperti penggunaan alat bantu jalan atau meminta bantuan saat berpindah tempat. Ada beberapa factor intrinsik yang mempengaruhi risiko jatuh pada lansia yang cukup banyak ditemukan selain karena factor usia juga dikarenakan gangguan gaya berjalan dikarenakan kekuatan tubuh terutama bagian tungkai kaki yang sudah mulai berkurang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Utami (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kekuatan tungkai dengan risiko jatuh pada lansia. Lansia akan timbul kelainan berupa atrofi otot. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi usia seseorang maka penurunan kekuatan otot lansia semakin tinggi, sehingga lansia berjalan menggunakan tongkat atau berjongkok. Ada juga karena faktor penyakit seperti stroke. sehingga gangguan gaya berjalannya terganggu, sehingga berisiko untuk jatuh.

Selain gangguan berjalan, lansia yang mengalami kebingungan setiap saat memiliki risiko jatuh juga besar sebanyak 70%. Gangguan ini ditandai dengan penurunan kemampuan untuk fokus selama percakapan, istiqomah atau mengubah perhatian sehingga resiko untuk pasien jatuh. Kebingungan ini juga dapat disebabkan oleh hal-hal di luar penyakit seperti stres, kurang tidur, informasi yang berlebihan dan keracunan, sehingga pada saat berdiri atau berjalan kemampuan untuk fokusnya berkurang sehingga berisiko untuk jatuh.

Penambahan dimensi gangguan kognitif juga memperkuat model multifaktorial risiko jatuh. Kim et al. (dalam Nurhayati et al., 2024) menegaskan bahwa penurunan memori dan atensi menghambat kemampuan kompensasi tubuh terhadap perubahan postur. Oleh karena itu, penguatan edukasi persepsi risiko dan skrining kognitif menjadi bagian penting dari intervensi pencegahan jatuh.

KESIMPULAN

Risiko jatuh pada lansia dipengaruhi oleh kombinasi faktor intrinsik, persepsi risiko, dan gangguan kognitif ringan. Faktor intrinsik yang mempengaruhi diantaranya usia, kebingungan setiap saat, dan gangguan berjalan merupakan tiga terbesar faktor intrinsik yang paling mempengaruhi risiko jatuh pada lansia. Upaya pencegahan jatuh perlu dilakukan secara holistik melalui skrining berkala, edukasi, serta

pendekatan psikologis-kognitif dalam perawatan lansia dan juga layanan yang diberikan selama perawatan lansia perlu lebih diperhatikan lagi oleh rumah sakit sehingga risiko jatuh yang terjadi di masa selanjutnya akan lebih sedikit dialami oleh lansia yang dirawat di rumah sakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada RS ST. ELISABETH LELA pimpinan beserta seluruh petugas kesehatan yang telah membantu dalam penelitian ini sehingga artikel ini dapat dibuat. Terima kasih juga kami sampaikan kepada STIKES ST. ELISABETH KEUSKUPAN MAUMERE pimpinan serta jajarannya yang telah membantu penulis sehingga artikel ini dapat terselesaikan.

REFERENSI

- Badan Pusat Statistik. (2020). Statistik Lanjut Usia. Badan Pusat Statistik.
- Berg, R. L. ., Cassells, J. S. ., & Stokes, Joseph. (1992). The Second Fifty Years : Promoting Health And Preventing Disability. National Academy Press.
- Cdc. (2024, May). About Older Adult Fall Prevention. <https://www.cdc.gov/falls/about/index.html>.
- Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Kabupaten Kota 2023 (March 2024). <https://ntt.bps.go.id/id/statistics-table/2/0ti3izi=/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-kabupaten-kota.html>
- Nurhayati, F., Pirmanto, K., & Hidayah, M. (2024). Kejadian Jatuh Pada Lansia:Faktor Risiko,Pencegahan Dan Komplikasi:Literature Review. Journal Keperawatan “Aisyiyah,” 11, 163–180.
- Utami, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Krasakan Lumbungrejo Tempel Sleman Yogyakarta 1. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.