

PELATIHAN KADER KESEHATAN TERKAIT PENGGUNAAN FORMULIR PENILAIAN RISIKO JATUH PADA LANSIA

Rea Ariyanti¹⁾, Romaden Marbun¹⁾, Vincensia Dea¹⁾

¹⁾Sarjana Terapan Manajemen Informasi Kesehatan, STIKes Panti Waluya Malang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author : Rea Ariyanti
E-mail : ariantirea@gmail.com

Diterima 31 Mei 2022, Direvisi 29 Juli 2022, Disetujui 01 Agustus 2022

ABSTRAK

Lansia merupakan seseorang yang memasuki usia 60 tahun ke atas. Memasuki usia tua, seseorang akan mengalami kondisi kemunduran fisik salah satunya ditandai dengan penurunan kekuatan otot yang mengakibatkan gerakan menjadi tidak proporsional dan juga berisiko jatuh. Di Indonesia prevalensi cedera jatuh mayoritas terjadi pada penduduk =usia 65 tahun keatas yaitu sebesar 67,1%. Dusun Sukosari merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Malang. Kurangnya pengetahuan kader kesehatan di Dusun Sukosari dalam menilai risiko jatuh pada lansia menyebabkan kurangnya identifikasi atau penilaian risiko jatuh pada lansia sebagai bentuk upaya pencegahan sedari dini. Dengan dilakukannya pelatihan penilaian risiko jatuh pada lansia di Dusun Sukosari, Desa Pandansari, Poncokusumo, Kabupaten Malang diharapkan kader kesehatan dapat melakukan upaya guna mencegah risiko jatuh pada lansia. Program kemitraan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan dalam melakukan upaya identifikasi risiko jatuh pada lansia. Kegiatan ini dilaksanakan sebanyak 3 kali dengan metode sosialisasi, praktikum, dan diskusi interaktif mengenai penggunaan formulir penilaian risiko jatuh pada lansia yang dilakukan kepada 30 orang kader kesehatan. Dari hasil evaluasi, diketahui bahwa pengetahuan kader kesehatan antara sebelum dan sesudah diberikan sosiali meningkat sebesar 70%, dimana sebelum diberikan edukasi, rerata nilai pretest sebesar 46,00 dan setelah diberikan edukasi rerata nilai *posttest* menjadi 81,00. Kegiatan ini perlu dilakukan sebagai upaya meningkatkan kemampuan kader kesehatan dalam melakukan identifikasi risiko jatuh pada lansia.

Kata kunci: lansia; formulir penilaian; risiko jatuh.

ABSTRACT

Elderly is someone who enters the age of 60 years and over. Entering old age, a person will experience a condition of physical decline, one of which is marked by a decrease in muscle strength which results in disproportionate movements and is also at risk of falling. In Indonesia, the prevalence of fall injuries mostly occurs in the population aged 65 years and over, which is 67.1%. Sukosari Hamlet is one of the areas in Malang Regency. The lack of knowledge of health cadres in Sukosari Hamlet in assessing the risk of falling in the elderly causes a lack of identification or assessment of the risk of falling in the elderly as a form of early prevention. By conducting fall risk assessment training for the elderly in Sukosari Hamlet, Pandansari Village, Poncokusumo, Malang Regency, it is hoped that health cadres can make efforts to prevent the risk of falls in the elderly. This partnership program aims to increase the knowledge and skills of health cadres in identifying the risk of falling in the elderly. This activity was carried out 3 times with the method of socialization, practicum, and interactive discussion regarding the use of the fall risk assessment form in the elderly which was carried out to 30 health cadres. From the evaluation results, it is known that the knowledge of health cadres between before and after being given socialization increased by 70%, where before being given education, the average pretest score was 46.00 and after being given education the average post-test score was 81.00. This activity needs to be done as an effort to improve the ability of health cadres in identifying the risk of falling in the elderly.

Keywords: elderly; assessment form; fall risk.

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) adalah orang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas yang mempunyai hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara.

Lansia juga merupakan tahap akhir perkembangan dari siklus kehidupan manusia (Ratnawati, 2017). Populasi lansia di dunia antara tahun 2015 dan 2050 diperkirakan meningkat dua kali lipat dari 12% menjadi 22%

atau sekitar 900 juta menjadi 2 milyar pada usia diatas 60 tahun (WHO, 2015). Proporsi lansia didunia diperkirakan mencapai 22% dari penduduk dunia atau sekitar 2 miliar pada tahun 2020, sekitar 80% lansia hidup dinegara berkembang. Jumlah penduduk di 11 negara kawasan Asia Tenggara yang berusia diatas 60 tahun berjumlah 142 juta orang dan diperkirakan akan terus meningkat hingga 3 kali lipat di tahun 2050 (Kemenkes RI, 2016)

Memasuki usia tua, seseorang akan mengalami kondisi kemunduran fisik yang ditandai dengan pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, penurunan kekuatan otot yang mengakibatkan gerakan lambat, dan gerakan tubuh yang tidak proporsional. Akibat perubahan fisik lansia tersebut, mengakibatkan gangguan mobilitas fisik yang akan membatasi kemandirian lansia dalam memenuhi aktifitas sehari-hari dan menyebabkan terjadinya risiko jatuh pada lansia (Maryam et al., 2012).

Selain karena adanya penurunan massa otot sepanjang bertambahnya usia, pada lansia juga mayoritas menderita penyakit degeneratif yang pada akhirnya juga akan berdampak pada risiko jatuh pada lansia semakin besar. Jatuh merupakan masalah fisik yang sering dialami oleh lansia. Banyak faktor yang mempengaruhi kejadian jatuh, misalnya faktor intrinsik seperti gangguan gaya berjalan, kelemahan otot ekstremitas bawah, langkah yang pendek, kekakuan sendi, kaki tidak menapak dengan kuat, dan kelambanan dalam bergerak, serta faktor ekstrinsik seperti lantai yang tidak rata dan penglihatan yang kurang karena cahaya kurang terang. Selain itu, Penyebab jatuh yang utama pada lansia adalah akibat dari terpeleset, tersandung dan penyakit yang menyertai seperti nyeri kepala, vertigo, hipotensi orthostatic, efek penggunaan obat-obatan (Darmojo, 2015). Penelitian Fsitantia (2018), menunjukkan lansia yang mengalami jatuh (68.4%), gangguan gerak (51.9%), gangguan penglihatan (69.6%), dan gangguan pendengaran (57.0%). Faktor ekstrinsik yaitu lansia yang mempunyai alat bantu berjalan (82.3%) dan lingkungan (50.6%). Kesimpulan penelitian tersebut adanya hubungan kejadian jatuh pada lansia dengan gangguan penglihatan, gangguan pendengaran, alat bantu jalan, dan lingkungan.

Jatuh dapat mengakibatkan komplikasi dari yang paling ringan berupa memar dan keseleo sampai dengan patah tulang bahkan kematian. Selain itu, Dampak dari kejadian jatuh pada lansia dapat mengakibatkan berbagai jenis cedera, kerusakan fisik, psikologis dan ekonomi. Kerusakan fisik yang terjadi akibat kejadian jatuh yaitu patah tulang

panggul,aktur tulang pelvis, patah lengan atas, dan pergelangan tangan. Sedangkan dampak pada psikologisnya yaitu akibat dari kejadian jatuh membuat lansia merasa takut akan jatuh lagi, hilangnya percaya diri, dan membatasi dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Di Indonesia prevalensi cedera jatuh pada penduduk diatas usia 55 tahun mencapai 49,4%, umur diatas 65 tahun keatas 67,1% (Kemenkes RI, 2017). Pada usia 70-79 tahun lebih berisiko jatuh dari usia 60-69 tahun. Semakin tinggi usia seseorang akan lebih berisiko mengalami masalah kesehatan karena adanya faktor-faktor penuaan. Sekitar 20% sampai 30% lansia mengalami cedera sedang sampai cedera berat yang mengakibatkan gangguan dalam bermasyarakat. Pada tahun 2009 lebih dari 19,000 lansia meninggal karena jatuh dan menjadikan jatuh pada urutan ke lima yang mengakibatkan kematian pada lansia di atas 65 tahun. Oleh karena itu harus dicegah agar jatuh tidak berulang-ulang dengan cara melakukan identifikasi atau penilaian risiko jatuh pada lansia, dan melakukan upaya pencegahan guna meminimalisir risiko jatuh pada lansia (Darmojo, 2015; Felicia, 2013; Susilo, 2017).

Masalah penting dari risiko jatuh adalah mencegah atau meminimalisir risiko jatuh. Dusun Sukosari merupakan salah satu dusun yang berada di Desa Pandansari. Akses kepada tenaga kesehatan akan lebih sulit didapatkan bagi masyarakat dusun sukosari. Hal ini disebabkan karena lokasi dusun Sukosari yang terletak lebih jauh jika dibandingkan dengan dua dusun lainnya. Berdasarkan hasil pengkajian kepada salah satu kader kesehatan yang ada di Dusun Sukosari, Desa Pandansari, Poncokusumo diketahui bahwa masih banyaknya kader yang belum memahami mengenai pentingnya penilaian risiko jatuh pada lansia, penggunaan formulir penilaian risiko jatuh pada lansia, dan juga masih minimnya pengetahuan kader kesehatan terkait upaya pencegahan guna meminimalisir risiko jatuh pada lansia. Oleh karena itu, tim pengabdian memberikan solusi berupa kegiatan pelatihan kader kesehatan terkait penggunaan formulir risiko jatuh pada lansia yang bertujuan agar para kader kesehatan dapat mengetahui penggunaan formulir risiko jatuh pada lansia sehingga para kader dapat melakukan upaya guna meminimalisir risiko jatuh pada lansia.

METODE

Metode yang digunakan untuk mencapai tujuan dari program kemitraan ini adalah dengan memberikan edukasi kesehatan dalam bentuk sosialisasi mengenai

penggunaan formulir penilaian risiko jatuh pada lansia dan memberikan contoh pengisian serta perhitungan penilaian risiko jatuh pada lansia, dan kemudian dilanjutkan dengan diskusi interaktif.

Kegiatan kemitraan ini dilaksanakan di Dusun Sukosari, Desa Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang dengan jumlah kader kesehatan dan perwakilan warga sukosari sebanyak 30 orang. Sebelum melaksanakan kegiatan, terlebih dahulu tim pengabdian melakukan penentuan prioritas masalah dengan kepala desa dan juga kader kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan sebanyak 3 (tiga) kali yaitu pada tanggal 13 Mei 2022 dengan materi terkait pentingnya penilaian risiko jatuh pada lansia, tanggal 20 Mei 2022 dengan materi pentingnya penggunaan formulir penilaian risiko jatuh pada lansia, dan tanggal 27 Mei 2022 dengan materi upaya pencegahan guna meminimalisir risiko jatuh pada lansia. Kegiatan dilaksanakan menggunakan metode ceramah, dan diskusi interaktif bersama 30 orang kader kesehatan dan perwakilan warga sukosari dengan 2 orang pemateri yaitu dosen dari Program Studi D4 Manajemen Informasi Kesehatan.

Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui lembar kuesioner berupa *pretest* dan *posttest*. Untuk menilai tingkat pemahaman kader dan juga warga terkait penggunaan formulir penilaian risiko jatuh pada lansia, maka sebelum diberikan edukasi, para kader dan warga sukosari terlebih dahulu diberikan *pretest* dan setelah diberikan edukasi diberikan *posttest*. Secara garis besar, pertanyaan yang diberikan pada saat *pretest* dan *posttest* adalah pertanyaan terkait penggunaan formulir penilaian risiko jatuh pada lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Pra Kegiatan

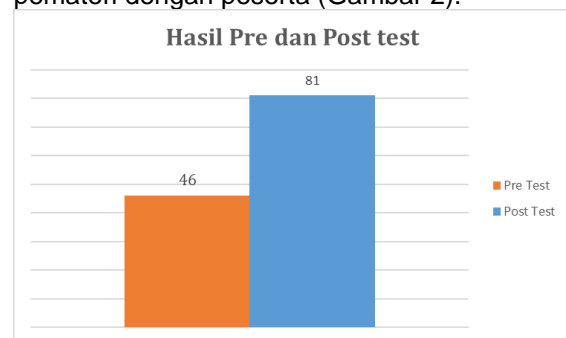
Berdasarkan hasil pengkajian awal dengan perangkat desa yang ada di Desa Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang diketahui bahwa di Desa Pandansari, khususnya di Dusun Sukosari belum pernah dilakukan identifikasi penilaian risiko jatuh pada lansia dan juga merata kader kesehatan yang ada di Dusun Sukosari, Desa

Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang belum mengetahui pentingnya identifikasi penilaian risiko jatuh pada lansia sehingga menyebabkan tidak ada upaya pencegahan yang dilakukan guna meminimalisir risiko jatuh pada lansia. Berdasarkan permasalahan ini, maka tim pengabdian bersama-sama dengan perangkat desa membuat prioritas masalah dan menentukan pelaksanaan kegiatan (Gambar 1).



Gambar 2. Sosialisasi Penggunaan Formulir

Kegiatan kemitraan ini dilaksanakan sebanyak 3 (tiga) kali sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan. Edukasi dilakukan menggunakan metode sosialisasi mengenai pentingnya penilaian risiko jatuh pada lansia. Dari hasil kegiatan diketahui bahwa kader kesehatan dan perwakilan dari warga Sukosari, Desa Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang sangat antusias terhadap materi yang diberikan. Hal ini dapat dilihat ketika pemateri memberikan materi, dan 30 orang peserta mendengarkan dengan seksama dan juga melakukan diskusi interaktif antara pemateri dengan peserta (Gambar 2).



Gambar 3. Hasil Pre dan Post

Sebelum dan sesudah diberikan materi, 30 peserta dilakukan evaluasi dari hasil kegiatan PkM. Dari hasil evaluasi proses kegiatan, diketahui bahwa 30 peserta sangat antusias dalam kegiatan, yang ditandai dengan para kader dan warga aktif berdiskusi terkait materi yang diberikan. Selain itu, evaluasi tingkat pemahaman kader kesehatan dan warga juga telah diberikan, dengan memberikan lembar kuesioner pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dari hasil evaluasi, diketahui bahwa terjadi

peningkatan pemahaman kader kesehatan dan warga. Hal ini ditandai dengan membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*. Rata-rata nilai *pretest* sebesar 46.00 dan nilai *posttest* sebesar 81.00. Selain itu jika melihat hasil *pre* dan *posttest* juga diketahui bahwa telah terjadi peningkatan pemahaman sebanyak 70%.

Risiko jatuh merupakan suatu masalah besar bagi lansia. Jatuh dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan pada lansia seperti luka pada kulit, patah tulang, gangguan mobilitas fisik dan kematian (Rudy & Setyanto, 2019). Jatuh merupakan masalah fisik yang sering terjadi pada lansia, dengan bertambahnya usia kondisi fisik, mental, dan fungsi tubuh pun menurun. Jatuh dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor intrinsik dimana terjadinya gangguan gaya berjalan, kelemahan otot ekstremitas bawah, langkah yang pendek-pendek, kekakuan sendi, kaki tidak dapat menapak dengan kuat, dan kelambanan dalam bergerak, sedangkan faktor ekstrinsik diantaranya lantai yang licin dan tidak merata, tersandung oleh benda-benda, kursi roda yang tidak terkunci, penglihatan kurang, dan penerangan cahaya yang kurang terang cenderung gampang terpeleset atau tersandung sehingga dapat memperbesar risiko jatuh pada lansia (Nugroho, 2012).

Pendidikan kesehatan adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan. Sebelum seseorang mengadopsi perilaku, ia harus tahu terlebih dahulu apa arti atau manfaat perilaku tersebut bagi dirinya. Penegetahuan merupakan dominan yang sangat penting dalam merubah tindakan seseorang dan pengetahuan akan membentuk sikap. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara untuk pemberian informasi kepada masyarakat untuk menyampaikan sebuah pesan. Hasil yang diharapkan adalah adanya perubahan perilaku yang sehat untuk meningkatkan derajat kesehatan (Ariyanti & Imam, 2021).

Kader kesehatan merupakan bagian terdepan dalam memberikan edukasi terhadap warganya. Selain itu, dengan adanya kader kesehatan juga menjadi perpanjangan tangan dalam peningkatan pemahaman masyarakat mengenai status kesehatan, sehingga peran kader kesehatan menjadi sangat penting untuk mendapatkan pengetahuan tentang pentingnya penilaian risiko jatuh pada lansia.

SIMPULAN DAN SARAN

Pelatihan kesehatan kepada kader kesehatan dan perwakilan warga sukosari,

Desa Pandansari, Kecamatan Poncokusumo, Kabupaten Malang telah terlaksana dengan baik. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan, diketahui bahwa terdapat peningkatan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* yaitu sebesar 70%. Adapun perbandingan nilai *pretest* adalah sebesar 46,00 dan nilai *posttest* sebesar 81,00. Kegiatan ini kiranya perlu dilakukan guna mendorong kader kesehatan dan warga untuk melakukan identifikasi secara dini kemungkinan risiko jatuh pada lansia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya Malang yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat ini hingga selesai.

DAFTAR RUJUKAN

- Ariyanti, R., & Imam, C. W. (2021). Latihan Fisik Dalam Manajemen Terpadu Osteoarthritis. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5, 83–88.
- Darmojo, B. (2015). *Buku Ajar Geriatri*. Balai penerbit FK UI.
- Felicia, A. (2013). Risk Factor For Falls Among Older Adults. *A Review of Literature*.
- KemendesRI. (2016). Pelayanan dan Peningkatan Kesehatan Usia Lanjut. In *Buletin Jendela*.
- KemendesRI. (2017). *Analisis Lansia di Indonesia*.
- Maryam, S., Ekasari, M., & Rosidawati. (2012). *Asuhan Keperawatan pada Lansia*. Transinfo Media.
- Nugroho, W. (2012). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik* (Edisi 3). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Ratnawati, E. (2017). *Asuhan Keperawatan gerontik*. Pustaka Baru Press.
- Rudy, A., & Setyanto, A. (2019). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Risiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan: Wawasan Kesehatan*, 5(2 Januari 2019).
- Susilo, W. (2017). The Risk of Falling In Elderly Increased With Age Growth and Unaffected by Gender. *Journal of Medicine and Health*, 3.
- WHO. (2015). *Mental Health and Older Adults*.