

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peningkatan jumlah lansia di Indonesia menarik untuk diamati. Menjadi lansia merupakan suatu anugerah didalam hidup. Menjadi tua dengan segenap keterbatasannya pasti akan dialami oleh semua manusia jika ia memiliki umur yang panjang. Di Indonesia sendiri, istilah untuk kelompok usia ini belum baku, setiap orang memiliki sebutan yang berbeda-beda. Namun menurut penggolongan umur, seseorang dapat dikatakan sebagai seseorang lansia ketika berumur 65-80 tahun (Plaksin, 2014).

Keberhasilan Pemerintah dalam Pembangunan Nasional, telah mewujudkan hasil yang positif di berbagai bidang kehidupan. Hal ini ditinjau dengan adanya kemajuan dibidang ekonomi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama di bidang kesehatan, sehingga dapat meningkatkan kualitas penduduk serta meningkatkan umur harapan hidup manusia. Hal ini ditandai dengan meningkatnya jumlah dan proporsi penduduk lansia, yang menunjukkan keberhasilan pembangunan terutama dibidang kesehatan.

Berdasarkan proyeksi Bappenas (Badan Perencanaan Pembangunan Nasional), jumlah penduduk usia di atas 60 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat menjadi 29,1 juta jiwa pada tahun 2020 dan 36 juta jiwa pada tahun 2025. Data lain menyebutkan bahwa saat ini Indonesia termasuk lima besar

negara dengan penduduk lansia terbanyak, yakni 18,9 juta atau 9,6% dari jumlah penduduk. Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan diikuti dengan peningkatan jumlah pasien lansia yang tentunya harus mendapatkan pelayanan kesehatan yang layak dan memadai (Anonim, 2013).

Peningkatan tersebut tentu sangat erat kaitannya dengan data menurut Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Kementerian Kesehatan tahun 2014 yang menyatakan bahwa Umur Harapan Hidup (UHH) penduduk Indonesia diharapkan semakin meningkat yaitu dari 70,6 tahun pada 2010 menjadi 72 tahun pada 2014. Fakta tersebut tentu berdampak positif terhadap perubahan struktur usia penduduk, terutama para lansia (Nafsiah, 2013).

Lansia merupakan kelompok umur yang paling berisiko mengalami gangguan keseimbangan postural, hal ini dikarenakan lansia mengalami kemunduran atau perubahan morfologis pada otot yang menyebabkan perubahan fungsional otot, yaitu terjadinya penurunan kekuatan dan kontraksi otot, elastisitas dan fleksibilitas otot, serta kecepatannya. Penurunan fungsi dan kekuatan otot akan mengakibatkan penurunan kemampuan mempertahankan keseimbangan postural atau tubuh lansia (Ceranski, 2006 dalam Kusnanto dkk., 2007). Selain ditinjau dari segi biologis, perlu untuk diingat bahwa manusia merupakan makhluk biopsikososial dimana seorang lansia dapat dikatakan sehat apabila dapat mempertahankan keseimbangan diri dengan lingkungannya (Tawi, 2008). Namun dengan bertambahnya umur seseorang, lansia akan memerlukan pendekatan secara biopsikososial untuk mempertahankan keseimbangan postural untuk pencegahan risiko jatuh pada lansia.

Ditinjau dari berbagai penelitian menyebutkan bahwa kemampuan untuk menyeimbangkan tubuh memiliki hubungan yang berbanding terbalik dengan risiko cedera yang mungkin timbul. Sehingga, jika keseimbangan postural pada lansia dikontrol dengan baik, maka akan dapat menurunkan risiko jatuh pada lansia (Siburian, 2006 dalam Kusnanto dkk., 2007).

Menurut Gunarto, (2005) menyatakan bahwa 31%-48% lansia jatuh karena gangguan keseimbangan. Berdasarkan survei di masyarakat AS, *Tinetti* mendapatkan sekitar 30% lansia yang berumur lebih dari 65 tahun mengalami jatuh setiap tahunnya, separuh dari angka tersebut mengalami jatuh berulang. Hal ini bisa menimbulkan efek yang ringan hingga fatal, antara lain yaitu cedera primer, cedera sekunder, menyebabkan kelelahan, bahkan kematian. Ditinjau dari hal tersebut, maka dibutuhkan keseimbangan postural yang dikontrol dengan baik.

Keseimbangan berdiri yang stabil akan mengurangi risiko jatuh pada lansia. Keseimbangan postural adalah kemampuan tubuh untuk memelihara pusat dari massa tubuh dengan batasan dari stabilitas yang ditentukan oleh dasar penyangga (Suhartono, 2005). Adanya gangguan keseimbangan pada lansia memiliki risiko untuk jatuh, maka seharusnya diobservasi lebih lanjut untuk defisit keseimbangan dan pola jalannya, serta mempertimbangkan kemampuannya untuk kepentingan menjalani intervensi yang bermanfaat dalam meningkatkan kekuatan dan keseimbangan (*Royal College of Nursing*, 2004).

Ditinjau dari hal ini, untuk mengatasi adanya risiko jatuh pada lansia maka diperlukan suatu alat ukur. Risiko cedera pada individu dan kemampuan keseimbangannya terkait dalam suatu siklus hubungan yang menguraikan tentang

perlunya suatu alat pengukuran atau penilaian keseimbangan dalam diagnosis, pencegahan dan rehabilitasi dari cedera (Sabin, 2011). Alat ukur yang baik harus memiliki unsur reliabilitas. Reliabilitas dalam suatu alat ukur keseimbangan merupakan hal sangat penting sebagai fisioterapis untuk tujuan menilai status keseimbangan dinamis pasien dan juga untuk memperkirakan prognosis setelah intervensi pada individu dengan gangguan keseimbangan dinamis (Gupta, 2010).

Terdapat banyak sekali alat ukur untuk menilai keseimbangan yang telah teruji valid dan reliabel (Era dkk., 1997, Ageberg dkk., 1998 dalam Crymble dkk., 2013). Alat ukur keseimbangan lansia yang sudah teruji valid dan reliabel antara lain meliputi *Time Up and Go Test*, *Berg Balance Test*, *Step Test*, *Test Marsden*, *FRT*, *Star Excursion Balance Test*, diantara alat ukur keseimbangan tersebut hanya mengukur keseimbangan statisnya saja. Padahal kenyataannya dalam kehidupan sehari-hari, manusia lebih membutuhkan suatu kestabilan keseimbangan dinamis daripada statisnya. Dalam kondisi ini terjadi perpindahan pusat gravitasi untuk bergerak dalam merespon aktivitas dari ototnya (Kinzey dkk., 1998 dalam Crymble dkk., 2013).

Menyikapi dengan adanya faktor risiko jatuh pada lansia, dikembangkanlah suatu alat ukur yaitu *Tinetti Assesment Tool* yang merupakan salah satu alat untuk mengevaluasi keseimbangan duduk, berdiri, maupun berjalan. Pada *Tinetti Assesment Tool* terdiri dari 2 aspek yang diklasifikasikan menjadi tes untuk keseimbangan yang terdiri dari 9 point yaitu keseimbangan duduk, berdiri, usaha untuk berdiri, keseimbangan berdiri (5 detik pertama), keseimbangan berdiri, berdiri dengan dorongan ringan pada bagian *sternum*

sebanyak 3 kali, berdiri dorongan ringan pada sbagian *sternum* sebanyak 3 kali dengan mata tertutup, berputar 360°, keseimbangan duduk dan tes untuk berjalan yang terdiri dari 7 point yaitu awalan berjalan, lebar dan panjang langkah, kesimetrisan langkah, kesinambungan langkah, jalur lintasan, dan cara berjalan (Hayes dkk., 2003). Menurut *American College of Rheumatology*, (2003), menyatakan bahwa *Tinneti Asessment Tool* merupakan salah satu alat ukur yang dipergunakan untuk menilai keseimbangan statis dan dinamis sebagai identifikasi faktor risiko jatuh yang dialami oleh lansia, namun peneliti belum menemukan jurnal mengenai uji reliabilitas *Tinetti Asessment Tool* apabila diujikan kepada lansia di Indonesia.

Pada tahun 2007 Kagelmeyer dkk, melakukan penelitian yang berjudul “*Reliability and Validity of the Tinetti Mobility Test for Individuals With Parkinson Disease*” yang dilakukan pada 30 penderita parkinson, mengemukakan pada individu dengan riwayat parkinson memiliki peningkatan kestabilan postural dan berjalan, hal ini menyebabkan risiko jatuh yang lebih tinggi. Beberapa teori mengemukakan adanya ketidakseimbangan mempunyai faktor risiko untuk jatuh. Gangguan keseimbangan merupakan faktor prediksi yang mengasumsikan bahwa hal itu linier dihubungkan dengan jatuh. Dikemukakan bahwa TMT memiliki validilitas prediktif terbaik untuk menilai resiko jatuh pada lansia ketika dibandingkan dengan alat ukur lain seperti TUG, FRT, dll. Penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah dari skor TMT dapat sebagai acuan sebagai alat dan berguna untuk menilai keseimbangan sebagai pencegahan risiko jatuh pada individu dengan riwayat parkinson.

Penelitian mengenai reliabilitas *Tinetti Assessment Tool* untuk mengukur keseimbangan pada lansia pernah dilakukan oleh Canbek dkk., (2013) pada penelitian yang berjudul “*Test-Retest Reliability and Construct Validity of the Tinetti Performance-Oriented Mobility Assessment in People With Stroke*”, dengan jumlah subyek 55 orang, setelah dilakukan penelitian dapat disimpulkan bahwa *Tinetti Assessment Tool* mempunyai *test-retest reliability* yang sangat baik untuk digunakan pada lansia pada gejala *stroke* pertama (3 minggu).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Panti Werdha Dewanata Cilacap lansia yang didapatkan berjumlah 100 orang, dibagi menjadi 40 laki-laki, dan 60 perempuan, dengan memiliki umur berkisar 60-85 tahun. Di Panti Werdha Dewanata Cilacap dari 100 orang jumlah lansia dibagi menjadi 8 Wisma. Wisma 1, Wisma 2, dan Wisma 3 terdiri dari lansia laki-laki, wisma 4 dan wisma 5 merupakan ruang isolasi (lansia dengan kondisi *bedrest*, untuk melakukan aktivitas kesehariannya memerlukan bantuan dari orang lain, dan lansia yang wajib mengkonsumsi obat setiap harinya), wisma 6, wisma 7, wisma 8 terdiri dari lansia perempuan. Berdasarkan Survei pendahuluan yang dilakukan lansia yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 65 orang, yang terdiri lansia laki-laki berjumlah 27 orang dan lansia perempuan sebanyak 38 orang. Ditinjau dari angka kejadian jatuh 12 orang mengalami kejadian jatuh dilanjut usia pada saat beraktivitas, dan 53 orang belum pernah mengalami jatuh dilanjut usia. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Lansia Flamboyan, Purworejo lansia yang didapatkan berjumlah 50 orang, 18 laki-laki dan 32 perempuan, dengan memiliki umur berkisar 60-86 tahun.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang muncul pada penelitian ini adalah apakah *Tinetti Assessment Tool* reliabel untuk mengukur keseimbangan pada lansia?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan penelitian ini adalah untuk mengetahui reliabilitas dari *Tinetti Assessment Tool* untuk mengukur keseimbangan pada lansia.

D. Manfaat Penulisan

Manfaat yang didapat dari penelitian ini antara lain :

1. Manfaat teoritis

Manfaat dari penelitian ini bagi peneliti antara lain, (1) manfaat bagi penulis adalah sebagai penambah pengalaman, wawasan dan pemahaman mengenai keseimbangan pada lansia dan alat ukurnya, (2) dapat dijadikan referensi untuk penulisan selanjutnya.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan, (1) digunakan sebagai informasi ilmiah dalam dunia kesehatan, kemudian informasi ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengertian kepada masyarakat tentang manfaat mengoptimalkan dalam mengontrol keseimbangan postural bagi pasien atau klien lansia dalam pelayanan fisioterapi dengan menggunakan *Tinetti Assessment Tool*, (2) dapat dijadikan suatu ajakan preventif mengenai kasus jatuh pada lansia.