BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau usia lanjut merupakan tahap kehidupan yang ditandai dengan proses penuaan yang berlangsung terus menerus, sehingga menyebabkan penurunan fungsi motorik, sensorik dan daya tahan tubuh akibat perubahan sel serta saraf yang memengaruhi fungsi otak dan proses perbaikan sel tubuh (Sianturi et al., 2023). Kondisi ini membuat lansia menjadi lebih rentan mengalami berbagai gangguan kesehatan fisik maupun psikologis, sehingga membutuhkan perhatian khusus. Di Indonesia, jumlah lansia terus meningkat seiring masuknya *fase ageing population* pada tahun 2023, dengan persentase di 12% atau sekitar 29 juta penduduk berusia 60 tahun ke atas, meningkat dari 10,8% pada tahun 2021 menjadi 12% pada tahun 2024 dan pada tahun 2045 jumlah lansia di perkirakan mencapai 20,3% atau sekitar 65,8 juta jiwa. Secara geografis, Provinsi Yogyakarta memiliki persentase lansia tertinggi (16,69%), sedangkan Papua terendah (5%), DKI Jakarta, di perkirakan memiliki 1,2 juta jiwa pada tahun 2025, sementara itu Provinsi Riau tertinggi, hanya (7,40%) pada tahun 2023, dan Provinsi dengan persentase lansia tertinggi lainnya meliputi Jawa Timur (14,56%) dan Bali (14,22%) (Ovari et al., 2025). Peningkatan jumlah lansia ini menunjukkan pentingnya kesiapan pemerintah dan tenaga kesehatan dalam menghadapi berbagai tantangan kesehatan pada kelompok usia lanjut.

Kemandirian merupakan kemampuan untuk bertindak tanpa bergantung pada orang lain. Pada lansia, kemandirian sangat penting untuk memenuhi kebutuhan

dasar secara optimal. Sikap mandiri berkembang secara bertahap sepanjang kehidupan, di mana individu terus belajar untuk berpikir dan bertindak sendiri dalam menghadapi berbagai situasi di lingkungannya (Sari et al., 2019). Kemandirian dipengaruhi oleh berbagai perubahan dalam kehidupan termasuk perubahan situasi hidup, norma sosial, pertambahan usia, serta kondisi penyakit. Seiring bertambahnya usia, lansia secara bertahap mengalami penurunan kemampuan fisik dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit kronis. Tingkat kemandirian lansia juga dipengaruhi oleh faktor usia dan imobilitas. Usia merupakan faktor utama yang menentukan tingkat kemandirian, karena semakin bertambah usia, lansia cenderung mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari – hari secara mandiri (Aria et al., 2019).

Risiko jatuh merupakan penyebab utama cedera dan kematian pada lansia yang berkaitan dengan penurunan keseimbangan tubuh, sehingga keseimbangan menjadi faktor penting dalam mencegah terjadinya jatuh saat melakukan aktivitas sehari – hari (Rosya et al., 2024). Jatuh pada lansia merupakan masalah yang serius karena dapat menyebabkan cedera serius. Dampak yang mungkin terjadi akibat penanganan yang tidak tepat pada lansia yang jatuh, meliputi cedera fisik lebih parah, rasa takut dan kehilangan kepercayaan diri, komplikasi medis serta meningkatnya risiko jatuh berulang (Fadhilah et al., 2024).

Tingkat kemandirian lansia dinilai dari kemampuan melakukan aktivitas sehari – hari (*Activity of Daily Living)* seperti mandi, berpakaian, ke toilet, berpindah tempat, mengontrol BAK/BAB, dan makan secara mandiri, kemandirian dalam *Activity of Daily Living* penting bagi lansia untuk memenuhi kebutuhan dasar

(Kunding et al., 2023). Penurunan kemampuan fungsional dapat meningkatkan risiko terjadinya jatuh. Dampak jatuh pada lansia dapat cukup serius, mulai dari cedera ringan hingga patah tulang atau kecacatan yang dapat semakin memperburuk kemampuan fungsional mereka (Rosya et al., 2024). Kondisi ini memerlukan perhatian khusus sehingga tingkat kemandirian dan upaya pencegahan jatuh pada lansia menjadi sangat penting.

Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang berbeda terkait hubungan antara tingkat kemandirian dan risiko jatuh pada lansia. Penelitian sebelumnya menunjukkan sekitar 80% lansia mengalami ketergantungan dalam aktivitas sehari – hari akibat menurunnya fungsi sel tubuh (Wibiono dan Bakti, 2024). Badan Pusat statistik (BPS) 2024 rasio ketergantungan lansia mengalami peningkatan dari 15,16 pada tahun 2020 menjadi 17,76 pada tahun 2024, kondisi ini semakin berat karena banyak lansia belum memiliki kesiapan finansial, seperti jaminan sosial, dana pensiunan, atau sumber pendapatan lain untuk memenuhi kebutuhan hidup. Peneliti lain juga menyatakan bahwa jatuh dapat menyebabkan cedera serius, kecacatan, hingga kematian, terutama pada lansia di panti jompo yang memiliki kondisi kesehatan kompleks, gangguan tidur, dan delirium (Christina et al., 2025). Di seluruh dunia, lansia berusia diatas 60 tahun memiliki angka kematian tertinggi akibat jatuh. Setiap tahun, sekitar 37,3 juta kejadian jatuh memerlukan penanganan medis dan menghasilkan lebih dari 38 juta cedera. Laki – laki tercatat lebih sering mengalami cedera berat dibanding perempuan. Sebagian besar jatuh terjadi dikamar atau kamar mandi, dengan 41% terjadi saat berpindah posisi dan 36% saat berjalan (Christina et al., 2025). Mengingat adanya perbedaan pendapat hasil penelitian

sebelumnya dan keterbatasan studi yang meneliti kedua variable secara bersamaan maka perlu di lakukan penelitian lebih lanjut mengenai "Hubungan Tingkat Kemandirian dengan Risiko Jatuh pada Lansia".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang tertulis, peneliti merumuskan masalah "Apakah tingkat kemandirian memiliki hubungan dengan risiko jatuh pada lansia?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kemandirian dengan risiko jatuh pada lansia.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

a. Mengidentifikasi tingkat kemandirian lansia
b. Menilai risiko jatuh pada lansia.
c. Menganalisis hubungan antara tingkat kemandirian dengan risiko jatuh pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya literatur ilmiah terkait tingkat kemandirian aktivitas sehari – hari lansia terhadap risiko jatuh.

2. Secara Praktis

a. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat membuktikan dan menggambarkan hubungan antara tingkat kemandirian lansia dalam aktivitas sehari – hari dengan risiko jatuh, sehingga perawat dapat lebih mengoptimalkan peran dalam mencegah jatuh dan meningkatkan keselamatan serta kesejahteraan lansia.

b. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian dapat dijadikan bahan ajar dan referensi peneliti selanjutnya, khususnya mengenai kemandirian lansia dalam aktivitas sehari – hari dan risiko jatuh.