

Penerapan *Family Centered Care* dalam Penanganan Resiko Jatuh Pada Lansia

Guslinda^{1*}, Zulham Efendi², Afirizal³, Defrima Oka Surya⁴, Vanesha Apitri⁵, Midali Sakinah⁶, Aisyah Nabila⁷

^{1,2,3}Program Studi S1 Keperawatan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Padang, Indonesia

^{4,5,6,7}Program Studi DIII Keperawatan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Padang, Indonesia

*e-mail korespondensi: Guslinda72@gmail.com

Abstract

Controlling the risk of falling in the elderly requires integrated health services that include preventive, promotive, curative and rehabilitative efforts as well as family support. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge and skills of cadres and families in preventing and managing the risk of falling in the elderly. The method used in this community service activity is to provide training to cadres and families on the prevention and management of the risk of falling. The target of this activity is cadres and elderly families with a total of 20 people. The location of the activity is in RW 09 Gunung Sarik Village, Padang City, West Sumatra. The activities were carried out from 7 September – 8 November 2022. The results of the activities showed an increase in target knowledge, 90% of cadres and families had good knowledge about preventing and managing the risk of falling after the activity. Cadres and families are expected to implement fall risk prevention in the elderly.

Keywords: fall; elderly; family; health cadres

Abstrak

Pengontrolan resiko jatuh pada lansia membutuhkan pelayanan kesehatan terpadu yang mencakup upaya preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif serta dukungan keluarga. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dan keluarga dalam pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh pada lansia. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pelatihan kepada kader dan keluarga tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh. Sasaran kegiatan ini adalah kader dan keluarga lansia dengan jumlah 20 orang. Lokasi kegiatan adalah di RW 09 Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang, Sumatera Barat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dari tanggal 7 September – 8 November 2022. Hasil dari kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan sasaran, 90% kader dan keluarga memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh setelah kegiatan. Kader dan keluarga diharapkan dapat menerapkan pencegahan resiko jatuh pada lansia.

Kata Kunci: jatuh; lansia; keluarga; kader kesehatan

Accepted: 2023-06-03

Published: 2023-07-07

PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) merupakan seseorang yang telah mencapai usia lanjut dan mengalami suatu proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan, sehingga tidak dapat bertahan terhadap perbaikan kerusakan yang diderita dan infeksi. Kejadian Jatuh merupakan merupakan suatu keadaan yang mengakibatkan seseorang berada di permukaan tanah, lantai, atau tingkat yang lebih rendah lainnya tanpa disengaja dan salah satu masalah yang sering terjadi pada lansia akibat berbagai perubahan fungsi organ, penyakit, dan faktor lingkungan. Akibat yang ditimbulkan oleh jatuh tidak jarang tidak ringan, seperti cedera kepala, cedera jaringan lunak, sampai dengan patah tulang. Jatuh juga seringkali merupakan pertanda kerapuhan (*frailty*), dan merupakan faktor prediktor kematian atau penyebab tidak langsung kematian melalui patah tulang (Eni & Safitri, 2019).

Pengontrolan resiko jatuh pada lansia membutuhkan pelayanan kesehatan terpadu yang mencakup upaya preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif serta dukungan keluarga sebagai *support system* yang menunjang keberhasilan pengobatan dan perawatan lansia. Keluarga berperan sebagai *family center Nursing* yang berpeluang penuh dalam perawatan anggota keluarga di rumah (Noorratri et al., 2020). Komitmen keluarga dalam menangani permasalahan lansia menjadikan tolak ukur keberhasilan tingkat kesejahteraan lansia. Fenomena yang terjadi adalah perhatian dari keluarga yang semakin berkurang akibat dari meningkatnya aktivitas keluarga dalam pemenuhan kebutuhan keluarga dan keterbatasan pengetahuan keluarga dalam melayani lansia. Oleh karena itu, perlu penanganan agar derajat kesejahteraan lansia dapat ditingkatkan oleh berbagai pihak terutama oleh keluarga. *Home care* sebagai bentuk pendampingan dan perawatan sosial lansia di lingkungan keluarga secara komprehensif yang dapat dilakukan oleh keluarga guna meningkatkan keberfungsian lansia yang ada di lingkungan keluarga.

Posyandu "Permata Bunda" merupakan salah satu Posyandu lansia yang terletak di RW 09 Kelurahan Gunung Sarik Kecamatan Kuranji Kota Padang. Posyandu Permata Bunda memiliki jumlah kader kesehatan sebanyak 4 orang yang diketuai oleh Ibu Sri Werti. Sejak pandemi Covid-19 pada tahun 2020, kegiatan rutin posyandu lansia diadakan sekali dalam sebulan yaitu pada Hari Kamis di minggu ke dua setiap bulannya. Kegiatan yang dilakukan hanya berupa pelayanan kesehatan seperti pemeriksaan status gizi, pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan laboratorium sederhana seperti cek asam urat dan gula darah. Berdasarkan catatan kunjungan Posyandu Permata Bunda didapatkan jumlah kunjungan lansia bulan Februari 2022 ke Posyandu adalah 35 orang. Dari data juga didapatkan data kunjungan tertinggi lansia yang datang ke Posyandu adalah lansia dengan hipertensi yaitu sebanyak 20 orang, 13 orang melaporkan cedera akibat jatuh dirumah dan diluar saat beraktifitas, pinggul dislokasi jatuh di tangga tempat ibadah. Hasil wawancara lanjut dengan Ibu Sri Werti didapatkan informasi bahwa sejak tahun 2020, tidak ada lagi program edukasi berkaitan dengan proses penyakit dan resiko jatuh yang diberikan kepada lansia. Pemantauan kesehatan lansia dan senam lansia juga tidak ada dilakukan lagi sejak pandemi. Skrining resiko jatuh belum pernah dilakukan pada lansia dan kegiatan Posyandu hanya sebatas pemeriksaan kesehatan, sehingga lansia hanya tahu hasil pemeriksaan tetapi tidak tahu tentang bagaimana perawatan di rumah berkaitan dengan kondisinya.

Hasil wawancara lanjut dengan lansia dan keluarga juga didapatkan informasi bahwa dalam 1 bulan terakhir terdapat 2 lansia jatuh menyebabkan yang mereka cedera dan mengalami kesulitan dalam beraktifitas memenuhi kebutuhan diri. Menurut laporan kader adanya lansia yang sedang dirawat di Rumah sakit untuk di operasi kakinya mengalami dislokasi akibat jatuh saat beraktifitas ke tempat ibadah. Untuk mengatasi masalah resiko jatuh pada lansia dan meningkatkan derajat kesehatan lansia perlu dikembangkan upaya pembinaan kesehatan lansia. Salah satu upaya pembinaan kesehatan pada lansia yang dapat dilakukan di RW 09, Kelurahan Gunung Sarik, Kecamatan Kuranji, Kota Padang ini adalah dengan melakukan pembinaan kesehatan terpadu baik secara promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Upaya promotif dan preventif dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan keluarga dan lansia untuk menghindari dan mencegah resiko jatuh yang dapat terjadi akibat faktor usia, penyakit degeneratif dan lingkungan tempat tinggal lansia sehingga lansia bisa beraktifitas secara sehat dan aman. Upaya kuratif dan rehabilitatif dilakukan dengan tujuan tersedianya fasilitas berupa "Pos Kesehatan Lansia RW" yang akan dijadikan sebagai RW percontohan dalam hal penanganan resiko jatuh pada lansia, menyediakan alat skrining resiko jatuh, alat P3K, alat latihan berjalan lansia, dan informasi kesehatan yang mudah dijangkau oleh keluarga dan lansia.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, maka ditemukan permasalahan belum optimalnya peran keluarga dan kader dalam merawat lansia dan mencegah resiko jatuh pada lansia di RW 09 Kelurahan Gunung Sarik. Berdasarkan hal ini, maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada

masyarakat melalui pemberdayaan kader dan keluarga dalam pencegahan dan penanganan resiko jatuh pada lansia.

METODE

Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan memberikan pelatihan kepada kader, lansia dan keluarga tentang pencegahan dan penanganan resiko jatuh pada lansia. Pelatihan dilakukan secara tatap muka dengan memperhatikan protokol kesehatan. Pemberdayaan kader juga dilakukan dengan melatih kader dalam mendeteksi resiko jatuh dengan alat skrining, melatih kader dalam melakukan pertolongan pertama jika terjadi jatuh pada lansia. Pada keluarga juga diberikan pelatihan yang bertujuan untuk memandirikan keluarga dalam merawat lansia dengan resiko jatuh di rumah. Sebelum dan sesudah pelatihan, dilakukan penilaian pengetahuan kader dan keluarga tentang resiko jatuh menggunakan kuesioner.

Sasaran kegiatan ini adalah kader, lansia dan keluarga lansia dengan jumlah 20 orang. Lokasi kegiatan adalah di RW 09 Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang, Sumatera Barat. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dari tanggal 7 September – 8 November 2022. Materi pelatihan yang diberikan mencakup sosialisasio proses menua dan resiko jatuh pada lansia, peran kader dan keluarga dalam penanganan resiko jatuh, keterampilan skrining dan pertolongan pertama pada lansia yang mengalami jatuh. Evaluasi dilakukan mencakup proses pelaksanaan kegiatan dan capaian luaran kegiatan yang dilakukan dengan melaksanakan *pre-test* dan *post-test* terukur mengenai pengetahuan kader dan keluarga sesuai materi edukasi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan pada tanggal 7 September – 8 November 2022 di RW 09 Kelurahan Gunung Sarik, Kota Padang. Jumlah sasaran kegiatan adalah 20 orang yang terdiri dari kader dan keluarga lansia. Hasil kegiatan berdasarkan tahapan kegiatan yang dilakukan diuraikan sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan Kegiatan

Rangkaian kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan kegiatan adalah koordinasi dan sosialisasi rencana kegiatan dengan mitra, melakukan pre-test untuk menilai pengetahuan kader dan keluarga tentang pencegahan dan penanganan resiko jatuh, merancang metode pelaksanaan kegiatan, menyiapkan booklet edukasi dan peralatan yang dibutuhkan. Dari kegiatan ini didapatkan hasil berupa adanya kesepakatan tim dan mitra untuk pelaksanaan kegiatan, mitra dan tim memiliki pemahaman yang sama tentang kegiatan pengabdian yang akan dilakukan, didapatkan data kuantitatif tingkat pengetahuan kader dan keluarga dan tersedianya sarana pendukung kegiatan seperti booklet edukasi.

2. Tahap Implementasi

Rangkaian kegiatan yang dilakukan pada tahap implementasi adalah memberikan pelatihan kepada kader dan keluarga tentang deteksi dini resiko jatuh dengan alat skrining, melatih kader dalam melakukan pertolongan pertama jika terjadi jatuh pada lansia. Pada keluarga juga diberikan pelatihan yang bertujuan untuk memandirikan keluarga dalam merawat lansia dengan resiko jatuh di rumah.

3. Tahap Evaluasi

Rangkaian kegiatan evaluasi yang dilakukan adalah melakukan post-test tentang pengetahuan kader dan keluarga tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh. Selain mengevaluasi pengetahuan, evaluasi juga dilakukan terhadap penggunaan media edukasi dan keefektifan dari kegiatan yang dilakukan.

Berdasarkan hasil evaluasi, gambaran pengetahuan kader dan keluarga sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kader dan Keluarga tentang Pencegahan dan Penatalaksanaan Resiko Jatuh Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Program PKM (n=20)

No	Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		n	%	n	%
1	Baik	6	30	18	90
2	Kurang baik	14	70	2	10
	Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel di atas, setelah dilakukan program PKM terjadi peningkatan jumlah kader dan keluarga yang memiliki pengetahuan baik tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh. Sebelum pelaksanaan PKM, hanya 30% kader dan keluarga yang memiliki pengetahuan baik, setelah implementasi program PKM terjadi peningkatan persentase kader dan keluarga dengan pengetahuan baik tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh yaitu 90%.

Dokumentasi dari kegiatan yang telah dilakukan dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 1. Pelatihan Kader



Gambar 2. Foto Bersama kader, lansia dan keluarga

Pencegahan dan penanganan resiko jatuh pada lansia menjadi hal yang penting untuk diajarkan kepada kader ataupun keluarga. Insiden jatuh pada kelompok lansia dapat menyebabkan cedera pada jaringan lunak dan fraktur paha atau pergelangan tangan dan bahkan sampai mengakibatkan kematian. Selain itu, keadaan tersebut juga dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan yaitu: nyeri, ketidaknyamanan fisik, keterbatasan mobilisasi, dan proses penyembuhan yang lambat sehingga akan berdampak terhadap kondisilansia, dimana mereka akan mengalami masalah ketergantungan untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Ramlis, 2018).

Usaha pencegahan merupakan langkah awal yang harus dilakukan dengan memberikan edukasi pada keluarga atau orang-orang terdekat lansia melalui suatu kegiatan pemberian penyuluhan kesehatan dengan harapan dapat mengidentifikasi faktor risiko, penilaian keseimbangan dan gaya berjalan, latihan fleksibilitas gerakan, latihan keseimbangan fisik dan koordinasi keseimbangan, dan memperbaiki kondisi lingkungan yang dianggap tidak aman. Untuk melakukan pencegahan agar lansia tidak beresiko untuk jatuh, maka diperlukan pengetahuan dan keterampilan yang perlu dilakukan oleh orang-orang terdekatnya seperti keluarga (Nurhasanah & Nurdahlia, 2020)

Sasaran kegiatan PKM ini adalah kader dan keluarga. Keluarga bisa sebagai role model bagi anggota keluarga yang lain untuk melakukan perilaku sehat yang diharapkan. Keluarga sebagai orang yang terdekat dengan lansia perlu membekali diri dalam hal pengetahuan dan keterampilan yang bisa dipergunakan untuk melakukan pencegahan agar lansia tidak beresiko jatuh (Friedman, MM et al., 2013). Pada kader diajarkan cara mendeteksi resiko jatuh pada lansia dengan

menggunakan instrumen skrining. Skrining resiko jatuh pada lansia merupakan satu metode pencegahan agar para lansia tidak mengalami cedera akibat jatuh (Sarah et al., 2022). Skrining resiko jatuh dilakukan dengan menggunakan *Morse Falls Scale* (MFS). Skrining resiko jatuh dengan menggunakan MFS salah satu metode yang cepat dan sederhana yang dapat di gunakan untuk menilai kejadian jatuh pada lansia dan digunakan dalam melakukan perawatan akut maupun dalam pelayanan jangka panjang.

Edukasi yang diberikan kepada pasien dan keluarga diharapkan merupakan suatu proses yang berkelanjutan yang dapat memfasilitasi pengetahuan, keterampilan dan kemampuan untuk melakukan perawatan secara mandiri (Desnita et al., 2023). Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan individu atau kelompok (Desnita, Ria et al., 2020). Dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan didapatkan hasil peningkatan pengetahuan kader dan keluarga tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh pada lansia.

KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan dapat disimpulkan terdapat peningkatan pengetahuan kader dan keluarga setelah diberikan pelatihan tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh pada lansia. 90% kader dan keluarga memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan dan penatalaksanaan resiko jatuh pada lansia setelah kegiatan PKM. Kader dan keluarga diharapkan dapat mendeteksi resiko jatuh dan menerapkan pencegahan resiko jatuh bagi lansia di rumah sehingga derajat kesehatan lansia meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Desnita, R., Surya, D. O., Amelia, W., Putri, S. R., Yeni, G. P., & Amardya, V. (2023). Pemanfaatan Media Edukasi Audio Visual dengan Pendekatan Family Centered Nursing dalam Penatalaksanaan Diabetes Melitus. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 624–632. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8446>
- Desnita, Ria, Andika, Mira, Sugiharto, & Efendi, Zulham. (2020). Pemberdayaan Pasien dan Keluarga dalam Manajemen Diet Diabetes Melitus pada Masa Pandemi Covid-19 di Kota Padang. *Jurnal Implementasi Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 52–57.
- Eni, E., & Safitri, A. (2019). Gangguan Kognitif terhadap Resiko Terjadinya Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(01), 363–371. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v8i01.323>
- Friedman, MM, Bowden, VR, & Jones, EG. (2013). *Keperawatan keluarga: Riset, teori dan praktik*. Pearson Education.
- Noorratri, E. D., Mei Leni, A. S., & Kardi, I. S. (2020). Deteksi Dini Resiko Jatuh Pada Lansia Di Posyandu Lansia Ketingan, Kecamatan Jebres, Surakarta. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 128. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v4i2.636>
- Nurhasanah, A., & Nurdahlia, N. (2020). Edukasi Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Keluarga Dalam Pencegahan Jatuh Pada Lansia. *JKEP*, 5(1), 84–100. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.359>
- Ramlis, R. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Bpplu Kota Bengkulu Tahun 2017. *Journal of Nursing and Public Health*, 6(1). <https://doi.org/10.37676/jnph.v6i1.498>
- Sarah, M., Astuty, M., & Ginting, D. B. (2022). Skrining Resiko Jatuh pada Lansia di Puskesmas Medan Johor. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(2). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>.