



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
TELOGOREJO

# KONFERENSI NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG *Peran Tenaga Kesehatan Menuju Lansia SMART (Sehat, Mandiri, Aktif, pRodukTif)*

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN RESIKO JATUH PADA LANSIA *OSTEOARTHRITIS*

---

---

Marlin Sutrisna

*\*Prodi D3 Keperawatan, Universitas Bengkulu*

*Email korespondensi: sutrisnamarlin@gmail.com*

---

---

### ABSTRAK

Resiko jatuh merupakan masalah yang sering terjadi pada lansia. Penyakit osteoarthritis dapat menyebabkan nyeri dan disabilitas pada penderita sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan beresiko jatuh. Adanya kelemahan otot dan penurunan keseimbangan posture meningkatkan resiko jatuh pada penderita *osteoarthritis*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan resiko jatuh pada lansia *osteoarthritis*. Desain dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian ini dilakukan di Panti Werda Tresna Werda Kota Bengkulu. Sampel dalam penelitian berjumlah 39 responden. Data pengetahuan diukur dengan menggunakan kuisioner dan data resiko jatuh diukur dengan menggunakan skala resiko jatuh ontario *modified stratify-sydney scoring* (Geriatric). Data di analisis dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dengan resiko jatuh pada lansia *osteoarthritis*. Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa pengetahuan dapat mempengaruhi lansia *osteoarthritis* beresiko jatuh. Diharapkan kepada lansia di Panti Tresna Werda Bengkulu dapat mencegah terjadinya jatuh.

**Kata Kunci** : lansia, resiko jatuh, *osteoarthritis*

### ABSTRACT

*The risk of falling is a problem that often occurs in the elderly. Osteoarthritis can cause pain and disability in sufferers, interfering with daily activities and putting them at risk of falls. Muscle weakness and decreased posture balance increase the risk of falls in osteoarthritis sufferers. The aim of this study was to determine the relationship between knowledge and the risk of falls in the elderly with osteoarthritis. The design in this research uses quantitative descriptive with a cross sectional approach. The location of this research was at the Tresna Werda Nursing Home, Bengkulu City. The sample in the research consisted of 39 respondents. Knowledge data was measured using a questionnaire and fall risk data was measured using the Ontario Modified Stratify-Sydney Scoring (Geriatrics) Fall Risk Scale. Data were analyzed using the chi-square test. The results of this study show that there is a relationship between knowledge and the risk of falls in elderly people with osteoarthritis. The conclusion in this study is that knowledge can influence elderly people with osteoarthritis who are at risk of falling. It is hoped that the elderly at the Bengkulu Tresna Nursing Home can prevent falls.*

**Keywords** : elderly, risk of falls, *osteoarthritis*.

## PENDAHULUAN

Osteoarthritis (OA) adalah masalah sosial global dan penyebab kecacatan kronis pada populasi yang menua. OA merupakan penyakit sendi yang paling banyak terjadi di dunia termasuk Indonesia. Penyakit ini menyebabkan rasa sakit dan kecacatan yang mengganggu kehidupan sehari-hari. OA umumnya menyerang sendi lutut dan panggul karena sendi-sendi ini adalah sendi yang menopang beban tubuh, namun sendi lutut menjadi yang sangat sering terserang (Putri et al., 2022). Osteoarthritis mempengaruhi 3,3% sampai 3,6% dari populasi dunia, ini menyebabkan kecacatan sedang hingga berat pada 43 juta orang dan merupakan penyakit ke-11 yang paling melemahkan di dunia. Menurut WHO (2018) menyatakan sekitar 151 juta orang di dunia serta mencapai 24 juta orang di Asean. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas, 2018), prevalensi penderita Osteoarthritis di Indonesia mencapai 713.783 jiwa dan prevalensi di Jawa Barat mencapai 131.864 jiwa. Prevalensi kelompok umur 45-54 tahun mencapai 119.664 jiwa, prevalensi kelompok umur 55-64 tahun mencapai 79.919 jiwa. Berdasarkan data tersebut, penyakit osteoarthritis ini masih banyak di Indonesia dan sering ditemukan pada pra-lansia maupun lansia (Bintang et al, 2023).

OA merupakan penyakit yang umum pada populasi lanjut usia dan salah satu penyebab utama disabilitas. Pada lutut, sendi femorotibia merupakan sendi yang paling sering terkena OA. Diperkirakan 25% dari orang yang berusia 55 tahun ke atas mengalami sakit lutut hampir setiap hari dan 50% dari kelompok tersebut memiliki OA radiografis.3 Rasa sakit, kekakuan dan keterbatasan gerak merupakan gejala utama dari OA, sementara gejala lainnya dapat berupa krepitus, deformitas sendi, atau pembengkakan sendi. Selain sendi

femorotibial, OA pada sendi femoropatella sering kali menyebabkan rasa sakit dan disabilitas pada ekstremitas bawah (Budiman, & Widjaja, 2020).

Kejadian OA dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko yang dialami penderitanya seperti obesitas, abnormalitas struktur anatomi, penyakit metabolik, penyakit inflamasi sendi, cedera sendi, dan usia (Mutiara et al., 2016). Dalam perjalanan penyakitnya, OA bersifat progresif lamban dan akan menimbulkan gangguan fungsi. Sekitar 10%-30% dari mereka yang terkena OA mengalami nyeri dan kecacatan yang signifikan (Adani et al., 2019).

Faktor risiko dari OA yaitu usia, jenis kelamin, genetik, kegemukan, suku bangsa, penyakit metabolik, pekerjaan, olahraga, cedera sendi, serta kelainan pertumbuhan. Pekerjaan yang membutuhkan gerakan fisik yang berat dan pemakaian satu sendi secara terus-menerus, seperti berlutut atau mengangkat beban yang berat merupakan salah satu faktor risiko dari OA lutut (Putri et al, 2022). Kerusakan pada rawan sendi menyebabkan ligament kendur dan kapsul sendi mengalami kerusakan, sehingga reseptor propioseftif yang terdapat pada sendi, tulang, otot dan ligament mengalami gangguan. Adanya kelemapnya otot dan penurunan keseimbangan posture meningkatkan resiko jatuh pada penderita osteoarthritis.

Faktor risiko jatuh meliputi faktor internal dan eksternal, dan faktor internal meliputi sistem saraf pusat, demensia, penyakit sistem sensorik, penyakit sistem kardiovaskular, penyakit metabolisme dan penyakit gaya berjalan. Faktor eksternal meliputi lingkungan, aktivitas dan obat-obatan, selama proses penuaan lansia akan terjatuh salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah

ketidakstabilan, yaitu tidak stabil berdiri dan berjalan atau mudah jatuh. Jatuh dianggap sebagai akibat alami, tetapi jatuh bukan bagian normal dari proses penuaan (Rudi, Setyanto, 2019)

Pencegahan pasien jatuh merupakan permasalahan yang kompleks, yang melintasi batas-batas kesehatan, pelayanan social, kesehatan masyarakat, dan pencegahan kecelakaan. Upaya mengantisipasi dan mencegah terjadinya pasien jatuh dengan atau tanpa cedera perlu dilakukan pengkajian dengan *Morse Fall Scale (MFS)*. Oleh karena itu membutuhkan pengetahuan dalam upaya pencegahan jatuh pada pasien osteoarthritis.

Pengetahuan tentang osteoarthritis menjadi sangat penting bagi keluarga penderita, karena dengan mengetahui penyakit osteoarthritis akan sangat membantu penderita dalam menangani kekambuhannya serta pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Oleh karena itu pengetahuan merupakan hal 3 yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang, sehingga pada prinsip pencegahan osteoarthritis pada penderita sangat penting dan utama dari pada mengobati jatuh (Wulandari, 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas penting untuk dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Osteoarthritis”

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan jenis desain deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang didiagnosa mengalami osteoarthritis yang berjumlah 39 lansia. Sampel dalam penelitian ini

menggunakan total sampling artinya seluruh populasi dijadikan sampel dengan jumlah 39 lansia. Pengukuran pengetahuan digunakan dengan menggunakan kuisioner dan skala jatuh di ukur dengan menggunakan Morsse Fall Scale (MFS).

Pengetahuan tentang upaya pencegahan jatuh di ukur dengan menggunakan kuisioner, jika skor <56% maka disebut pengetahuan kurang, skor 57-75% maka disebut pengetahuan sedang, dan skor 76-100% maka disebut pengetahuan baik. Sedangkan resiko jatuh diukur dengan skor 0-5 resiko rendah, skor 6-16 resiko sedang, dan skor 17-30 resiko tinggi.

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **Hasil Penelitian**

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

| <b>Pengetahuan</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
|--------------------|----------|----------|
| <b>Kurang</b>      | 9        | 23,1     |
| <b>Cukup</b>       | 21       | 53,8     |
| <b>Baik</b>        | 9        | 23,1     |
| <b>Total</b>       | 39       | 100%     |

Berdasarkan tabel 1. atas dapat diketahui bahwa dari 39 responden, lebih dari sebagian 53,8% lansia memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Resiko Jatuh

| <b>Resiko Jatuh</b> | <b>F</b> | <b>%</b> |
|---------------------|----------|----------|
| <b>Tinggi</b>       | 10       | 25,6     |
| <b>Sedang</b>       | 16       | 41,0     |
| <b>Rendah</b>       | 13       | 33,3     |
| <b>Total</b>        | 39       | 100,0    |

Berdasarkan tabel 2. di atas dapat diketahui bahwa dari 39 responden, hampir sebagian responden 41,0% lansia memiliki resiko jatuh sedang

### **Pembahasan**

Hasil uji statistic *chi-square (continuity corection)* didapat nilai  $\chi^2$  dengan  $p\ value = 0,005 < \alpha = 0,05$  artinya ada hubungan bermakna antara Hubungan Pengetahuan Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Osteoartritis di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu.

Proses penuaan yang dialami oleh lanjut usia menyebabkan lansia mengalami banyak perubahan dari berbagai sistem fisiologis salah satunya pada sistem saraf. Perubahan tersebut mempengaruhi penurunan fungsi kerja otak dan penurunan fungsi kognitif pada lanjut usia, serta terjadinya penyakit degenerative salah satunya osteoarthritis (Mardiana, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ana et al (2022) bahwa ada hubungan terdapat hubungan pengetahuan lansia tentang Osteoporosis dengan upaya pencegahan resiko jatuh di RW 01 Desa Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang, semakin baik pengetahuan lansia tentang osteoporosis semakin baik upaya Pencegahan Resiko Jatuh.

Pengetahuan lansia tentang risiko jatuh bisa beragam. Beberapa lansia mungkin sudah sadar tentang risiko jatuh dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya. Misalnya, mereka mungkin tahu bahwa keseimbangan tubuh yang menurun, otot yang melemah, atau efek samping penggunaan obat dapat meningkatkan risiko jatuh (Nurjanah & Hartati, 2024).

Pengetahuan merupakan hasil dari pengamatan panca indera dari berbagai gejala yang ditemui dan diperoleh oleh manusia, muncul ketika seseorang menggunakan indra atau akalinya untuk mengenali benda atau kejadian tertentu yang belum pernah dirasakan atau dilihat sebelumnya. Pengetahuan yang bersumber

dari pengalaman dicerna melalui pengalaman yang bersifat sederhana seperti mencerna informasi yang bersifat verbal atau yang lebih kompleks, seperti dalam memecahkan masalah atau melakukan strategi kognitif/menyelesaikan masalah yang dihadapi diri sendiri. Dapat pula dikatakan bahwa pikiran merupakan muara bagi sumber-sumber pengetahuan. Pengetahuan berkaitan dengan cara melakukan atau berbuat sesuatu seperti dalam penerapan manajemen risiko jatuh, sehingga pendidikan yang diperoleh dapat diaplikasikan dalam keseharian dan mampu meningkatkan kualitas hidup kedepannya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada lansia yang sudah mMenurut penelitian Purnamasari & Murti (2022) peran keluarga pada lansia yang memiliki resiko jatuh terdiri dari educator, motivator, dan fasilitator. Kejadian jatuh pada lansia akan menimbulkan kecacatan, mengalami keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, penurunan kualitas hidup dan kematian. Keluarga memiliki peran sebagai ceregiver dalam memberikan tindakan untuk mencegah terjadinya resiko jatuh pada lansia dan meningkatkan kualitas hidup lansia dengan lebih baik. Intervensi pendidikan kesehatan adalah salah satu tindakan yang dapat mencegah agar pasien tidak jatuh.

### **PENUTUP**

#### **Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah Lebih dari sebagian 53,8% lansia memiliki pengetahuan cukup di Panti Tresna Werdha Kota Bengkulu. Hampir sebagian responden 41,0% lansia memiliki resiko jatuh sedang di Panti Tresna Werdha Kota Bengkulu. Ada hubungan antara pengetahuan tentang upaya pencegahan jatuh terhadap resiko jatuh pada lansia yang mengalami osteoarthritis di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu.

### Saran

Saran penelitian ini adalah agar dilakukan edukasi kepada lansia untuk meningkatkan pengetahuan sehingga tidak terjadi jatuh pada lansia yang mengalami osteoarthritis.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adani, A. F., Hadipoetro, F., & Triturawati, E. (2019). Gambaran Faktor Risiko Pasien Osteoarthritis Genu di Pelayanan Rehabilitasi Medik RSIJ Pondok Kopi Januari – Desember 2019. *Jurnal UMJ*.
- Ana et al. (2022). Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis Dengan Upaya Pencegahan Resiko Jatuh DI RW 01 Desa Karang Rejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang. *Prima Wiyata Health*. Volume III Nomor 1 Tahun 2022
- Bintang et al. (2023). Terapi Komplementer Yoga Pada Lansia Penderita Osteoarthritis: Analisis Bibliometrik. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. Volume 5 Nomor 3, Agustus 2023
- Budiman & Widjadja. (2020). Gambaran derajat nyeri pada pasien osteoarthritis genudi Rumah Sakit Royal TarumaJakarta Barat. *Tarumanagara Medical Journal* Vol. 2, No. 2, 372-377, Oktober 2020
- Mardiana. (2022). Gambaran Fungsi Kognitif Berdasarkan Karakteristik Lansia Yang Tinggal Di Komunitas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, Vol 8, No 4, Tahun 2022
- Nurjanah & Hartati. (2024). Eksplorasi Pengalaman Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Untuk Pencegahan Resiko Jatuh Pada Lansia. Volume 5, Nomor 1, Maret 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*.
- Purnamasari, V., & Murti, D. (2022, November). Peran Keluarga pada Lansia yang Memiliki Resiko Jatuh di Dusun Selur Desa Tangkil Kecamatan Panggul Kabupaten Trenggalek. In *Proceedings of the National Health Scientific Publication Seminar* (Vol. 1, No. 2, pp. 400-407).
- Putri, R. A. A. S. H., Ilmiawan, M. I., & Darmawan. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Osteoarthritis lutut pada petani di Desa Bhakti Mulya Kecamatan Bengkayang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 18(1), 1–15. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>