

Peran Petugas Puskesmas dalam Deteksi Risiko Jatuh pada Lansia di Layanan Primer

Lilik Djuari¹, Hasan Thalib², Anisa Firda Wibowo³, Sophia Zahra⁴, Vanessa Vania Muljo⁵, Raihan Akbar Muhammad⁶, Titus Adimasto⁷, Jihan Varah Salsabila⁸, Lively Rakhmatan Firdausintika⁹, Syafa Arini Indah Syahputri¹⁰, Ahmad Zaidul Fikri Ismail¹¹, Fathimah Syifa' Zahidah¹², Nanang Rudianto¹³, Ovarry Riza Wardhani¹⁴

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12} Universitas Airlangga, Indonesia

^{13,14} Puskesmas Bungah, Gresik, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Lilik Djuari

E-mail: lilik-d@fk.unair.ac.id

Abstrak

Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan, salah satunya adalah risiko jatuh. Kejadian jatuh pada lansia dapat menyebabkan cedera serius, penurunan mobilitas, bahkan kematian, serta berdampak pada peningkatan biaya perawatan dan beban bagi keluarga. Puskesmas memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif, termasuk deteksi dini risiko jatuh pada lansia. Puskesmas Bungah memiliki beberapa program kesehatan terkait lansia seperti deteksi dini terhadap risiko jatuh sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Namun, peran petugas Puskesmas dalam deteksi risiko jatuh pada lansia belum optimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia, mengidentifikasi masalah tingkat pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia, serta mencari solusi atas masalah pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia. Desain penelitian menggunakan mixed method, terdiri dari 2 tahap. Tahap pertama merupakan penelitian deskriptif kuantitatif desain crosssectional dengan jumlah sampel 17 petugas puskesmas menggunakan instrument kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia. Tahap kedua merupakan penelitian deskriptif semikualitatif dengan menggunakan metode Focus Group Discussion (FGD) dilanjutkan Nominal Group Technique (NGT) untuk mengidentifikasi masalah serta mencari solusi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan terhadap pengetahuan mengenai deteksi risiko jatuh pada lansia. Sebelum penyuluhan, nilai rata-rata 52,66 nilai median 60, setelah kegiatan penyuluhan dilakukan, nilai rata-rata meningkat menjadi 87,27 dengan nilai median 90.

Kata kunci – Lansia, Risiko Jatuh, Penyuluhan, Puskesmas, TUG Test

Abstract

Older people are a vulnerable population prone to various health problems, one of the most significant being the risk of falls. Falls in the elderly can lead to serious injuries, reduced mobility, increased healthcare costs, and even mortality, thereby placing a substantial burden on families. Public health centers play an essential role in promotive and preventive health services, including the early detection of fall risk among older adults. Public health center in Bungah has implemented several health programs for older people, but the role of the staffs in fall risk detection among the elderly has yet to reach its full potential. This study aims to assess the knowledge of the staffs regarding early detection of fall risk in older people, identify the challenges they face, and explore potential solutions. The research was carried out using a mixed-methods design, divided into two stages. The first stage used a descriptive quantitative cross-sectional approach involving 17 health workers, with a questionnaire to

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

evaluate their knowledge. The second stage applied a semi-qualitative approach using Focus Group Discussions (FGDs) and the Nominal Group Technique (NGT) to identify problems and formulate solutions. The results indicated a significant improvement in knowledge following the educational intervention, with the mean score rising from 52.66 (median 60) to 87.27 (median 90). These findings highlight the importance of targeted education in improving the capacity of health workers to detect fall risk in older people and underscore the need for ongoing training to enhance elderly care at the primary healthcare level.

Keywords – older people, risk of falls, staff knowledge, public health center, TUG test.

PENDAHULUAN

Indonesia saat ini tengah menghadapi fenomena peningkatan jumlah lanjut usia (lansia) seiring dengan bertambahnya angka harapan hidup dan menurunnya angka kelahiran. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan mencapai lebih dari 48 juta jiwa pada tahun 2035, yang berarti sekitar 15% dari total populasi (Badan Pusat Statistik, 2021). Lansia merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan, salah satunya adalah risiko jatuh. Kejadian jatuh pada lansia dapat menyebabkan cedera serius, penurunan mobilitas, bahkan kematian, serta berdampak pada peningkatan biaya perawatan dan beban bagi keluarga (WHO, 2021).

Layanan kesehatan primer, seperti Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas), memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif, termasuk deteksi dini risiko jatuh pada lansia. Petugas kesehatan di Puskesmas, seperti dokter, perawat, dan tenaga promosi kesehatan, berada di garis depan dalam memberikan pelayanan langsung kepada masyarakat. Mereka memiliki potensi besar dalam melakukan skrining risiko jatuh melalui asesmen multifaktorial, memberikan edukasi kepada lansia dan keluarganya, serta merancang intervensi yang sesuai dengan kondisi individu lansia (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Puskesmas Bungah berada di wilayah Kecamatan Bungah, Kabupaten Gresik, Jawa Timur, memiliki jumlah penduduk 72.182 jiwa pada tahun 2023, dengan 8.281 jiwa termasuk dalam kategori lansia (11,5%). Sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, Puskesmas Bungah memiliki beberapa program kesehatan terkait lansia antara lain layanan kesehatan lanjut usia "Santun Lansia". Di tingkat layanan primer seperti Puskesmas Bungah, deteksi dini terhadap risiko jatuh sangat penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Namun, peran petugas Puskesmas dalam deteksi risiko jatuh pada lansia seringkali belum mendapat perhatian yang optimal. Masih terdapat tantangan seperti keterbatasan sumber daya, kurangnya pelatihan spesifik, dan rendahnya kesadaran terhadap pentingnya deteksi dini. Oleh karena itu, penting untuk meninjau sejauh mana peran petugas Puskesmas dalam upaya deteksi risiko jatuh pada lansia serta mengidentifikasi hambatan yang mereka hadapi di layanan primer (Sarah et al., 2022).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia, mengidentifikasi masalah tingkat pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia, serta mencari solusi atas masalah pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia.

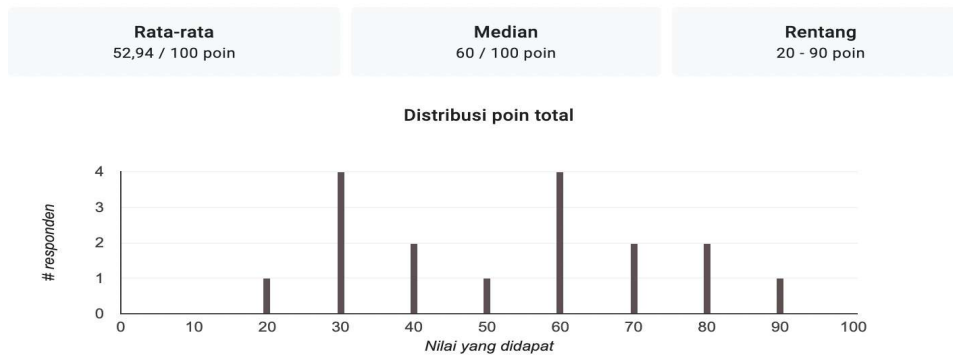
METODE

Desain penelitian menggunakan mixed method, terdiri dari 2 tahap. Tahap pertama merupakan penelitian deskriptif kuantitatif desain crosssectional dengan jumlah sampel 17 petugas puskesmas menggunakan instrument kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia. Tahap kedua merupakan penelitian deskriptif semikualitatif dengan menggunakan metode Focus Group Discussion (FGD) dilanjutkan Nominal Group Technique (NGT) untuk mengidentifikasi masalah pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia serta mencari solusi atas masalah pengetahuan petugas puskesmas mengenai deteksi dini risiko jatuh pada lansia.

Penelitian ini telah menggunakan payung penelitian "Faktor faktor Determinant yang Mempengaruhi Derajat Kesehatan Masyarakat di Jawa Timur dengan Pendekatan Ilmu Kesehatan Masyarakat-Kedokteran Pencegahan" yang telah mendapatkan surat layak etik No. 49/EC/KEPK/FKUA/2025 dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tahap pertama dengan tujuan mengukur pengetahuan petugas puskesmas tentang deteksi dini risiko jatuh pada lansia dengan menggunakan kuesioner berupa 10 pertanyaan pilihan ganda adalah menunjukkan bahwa pengetahuan petugas puskesmas tentang deteksi risiko jatuh pada lansia masih rendah, rentang nilai antara 20-90 , nilai rata-rata 52,94, dan nilai median 60 (Gambar 1.)



Gambar 1.
Hasil Pengukuran Pengetahuan Petugas Puskesmas tentang Deteksi Risiko Jatuh Pada Lansia

Penelitian tahap kedua dengan metode FGD dihasilkan beberapa usulan solusi untuk determinan masalah utama, antara lain: (1) *Mini workshop* mengenai deteksi risiko jatuh pada lansia; (2) *Leaflet* untuk diletakkan di meja pendaftaran; (3) Penyuluhan terkait risiko jatuh pada lansia; (4) Pembuatan video edukasi mengenai risiko jatuh pada lansia; (5) Skrining pada posyandu; (6) Penyuluhan ke keluarga terkait pencegahan jatuh; (7) melanjutkan program senam lansia yang sempat berhenti.



Gambar 2.
Focus Group Discussion untuk mencari solusi

Setelah dilanjutkan dengan NGT, keputusan yang disepakati untuk direalisasikan adalah pembuatan video edukasi dan penyuluhan terkait risiko jatuh pada lansia.



Gambar 3.

Nominal Group Technique untuk Pengambilan Keputusan

Pembuatan video edukasi tentang Pemeriksaan resiko jatuh dapat menggunakan time up and go (TUG) test. TUG test adalah sebuah pemeriksaan yang berguna untuk menilai kemampuan mobilitas, berpindah tempat, berjalan sejauh 3 meter dan merubah arah. TUG test bertujuan untuk melihat dan mengukur status fungsional pada lansia, seperti keseimbangan dan resiko jatuh. TUG test dijadikan sebagai standar pengukuran yang telah banyak dilakukan di Indonesia dalam mengukur tingkat resiko jatuh pada individu (Humaryanto & Tobing, 2021; Sidik, 2022). Tempat pelaksanaan dan peralatan pendukung untuk melakukan Timed Up and Go Test (TUG), seperti kursi standar dan stopwatch. Waktu diukur mulai berdiri dari kursi, berpindah tempat, memutar dan duduk kembali ke kursi, Bila waktu yang diperlukan melebihi 12 detik berarti ada risiko jatuh pada lansia tersebut.

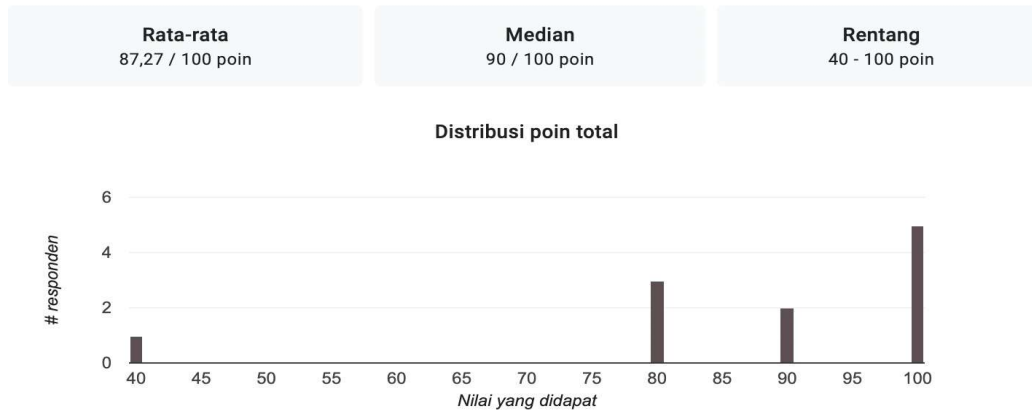
Penyuluhan terkait risiko jatuh pada lansia dilaksanakan di Ruang Pertemuan Puskesmas Bungah dengan dihadiri 17 orang petugas Puskesmas.



Gambar 4.

Penyuluhan tentang Deteksi Risiko Jatuh pada Lansia

Pengukuran pengetahuan petugas puskesmas setelah mendapatkan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata menjadi 87,27, nilai median 90 dan rentang nilai 40-100 (Gambar 5.)



Gambar 5.
Hasil Pengukuran Pengetahuan Petugas Puskesmas Sesudah Penyuluhan Deteksi Risiko Jatuh Pada Lansia

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap pemahaman peserta mengenai deteksi risiko jatuh pada lansia setelah pelaksanaan kegiatan penyuluhan. Sebelum penyuluhan, nilai rata-rata peserta berada pada angka 52,66 dengan nilai median 60 yang mencerminkan masih rendahnya tingkat pengetahuan awal. Namun, setelah kegiatan penyuluhan dilakukan, nilai rata-rata meningkat menjadi 87,27 dengan nilai median 90. Kenaikan ini mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan mampu diterima dengan baik dan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Meskipun demikian, masih terdapat satu peserta yang memperoleh nilai terendah yang sama pada evaluasi awal 20 dan setelah penyuluhan naik menjadi 40. Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya pendekatan tambahan atau pendampingan khusus bagi peserta tertentu agar seluruh petugas Puskesmas dapat memperoleh pemahaman yang merata.

Penelitian yang dilakukan oleh Rusdiarti pada 35 kader tahun 2019 di Desa Jebluk mengatakan bahwa kader yang mendapatkan pelatihan memiliki peningkatan nilai dari 45 menjadi 82. Sedangkan grup kontrol kader yang tidak mendapatkan pelatihan tidak memiliki peningkatan nilai (Rusdiarti, 2019). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Intan Naomi 2022 di Desa Wonoharjo menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan kader saat sebelum dan sesudah diberikan intervensi (Naomi & Budiono, 2022). Diharapkan dengan adanya materi dalam bentuk video tersebut, puskesmas dapat dengan mudah memberikan pelatihan kepada seluruh kader maupun petugas puskesmas yang membutuhkan.

Lansia merupakan tahap kelanjutan dari usia dewasa yang ditandai dengan mengalami kemunduran fisik ataupun mental sosial sedikit demi sedikit sampai tidak mampu lagi untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia pada umumnya mengalami berbagai gejala yang diakibatkan oleh terjadinya penurunan fungsi biologis, ini akan menyebabkan terjadinya perubahan, seperti perubahan pada sistem indra, sistem kardiovaskuler, sistem respirasi, sistem gastrointestinal, sistem perkemihan, sistem reproduksi dan sistem respirasi serta psikososial dan ekonomi (Suswitha & Arindari, 2020).

Berdasarkan UU nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia, Lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. Pada lanjut usia, salah satu perubahan fisik yang paling menonjol terjadi pada sistem muskuloskeletal, ditandai dengan penurunan massa otot, meningkatnya kekakuan jaringan ikat, dan terjadinya osteoporosis, yang secara keseluruhan dapat mengurangi kekuatan otot, khususnya pada bagian ekstremitas bawah (Yuniarwati, 2019). Jatuh dapat mempengaruhi kualitas hidup pada lansia, yang dapat menyebabkan terjadinya penurunan aktivitas

dan mobilitas, perubahan pada keseimbangan dan kontrol postural, kecemasan hingga depresi, jatuh juga dapat menyebabkan patah tulang, cedera pada kepala, bahkan kematian (Ang & Cheng, 2020).

Di Indonesia, prevalensi cedera akibat jatuh pada penduduk berusia di atas 55 tahun mencapai 49,4%, dan meningkat menjadi 67,1% pada mereka yang berusia di atas 65 tahun. Sekitar 30% lansia berusia 65 tahun ke atas yang tinggal di lingkungan komunitas mengalami kejadian jatuh, dan setengah dari jumlah tersebut mengalami jatuh berulang. Di antara lansia yang tinggal di rumah, sekitar 50% pernah mengalami jatuh, dengan 10–25% di antaranya memerlukan perawatan di rumah sakit (Fristantia et al., 2018).

Kementerian Kesehatan Indonesia telah mengeluarkan petunjuk teknis pengkajian paripurna pasien geriatri (P3G) untuk layanan kesehatan primer. Salah satu pengkajian adalah risiko jatuh. American Geriatric Society juga merekomendasikan untuk melakukan pemeriksaan resiko jatuh dan pemeriksaan keseimbangan pada lansia yang berusia 65 tahun ke atas di tiap tahunnya (Setiorini, 2021). Pemeriksaan resiko jatuh dapat menggunakan kuesioner ataupun menggunakan time up and go (TUG) test.

KESIMPULAN

Peran petugas Puskesmas dalam deteksi risiko jatuh pada lansia di layanan primer perlu ditingkatkan dengan penyuluhan dan pelatihan tentang metode Time Up and Go (TUG) test untuk deteksi risiko jatuh pada lansia. Karena Lansia merupakan kelompok usia yang rentan untuk jatuh. Kejadian jatuh pada lansia dapat menyebabkan cedera serius, penurunan mobilitas, bahkan kematian, serta berdampak pada peningkatan biaya perawatan dan beban bagi keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga dan Ketua Unit Biro Koordinasi Kedokteran Masyarakat (BKMM) Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga atas supportnya dalam penelitian ini. Serta Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik, Kepala Puskesmas Bungah, Penanggungjawab Program Lansia di Puskesmas Bungah serta para petugas Puskesmas Bungah atas partisipasinya dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ang, D., & Cheng, G. (2020). Approach to falls among the elderly in the community. *Singapore Med J*, 61(3), 116–121. <https://doi.org/10.11622/smedj.2020029>
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>
- Fristantia, D. A., Zulfitri, R., & Hasneli N, Y. (2018). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Risiko Jatuh pada Lansia yang Tinggal dirumah. *Jurnal Online Mahasiswa Bidang Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, 5.
- Humaryanto, & Tobing, M. R. . (2021). Penilaian Risiko Jatuh dengan Penggunaan Timed Up And Go Test pada Penderita Osteoarthritis Genu Grade 1-3. *Jambi Medical Journal*, 9(3), 289–296. <https://online-journal.unja.ac.id/kedokteran/article/view/15479>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Pelayanan Minimum Kesehatan Lanjut Usia (PMKL) pada Krisis Kesehatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://indonesia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/pmkl_ebook_single_page.pdf
- Naomi, I., & Budiono, I. (2022). Pengaruh Pemberian Pelatihan Antropometri terhadap Pengetahuan Kader Posyandu. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(2), 171–177. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i2.51758>
- Sarah, M., Astuty, M., & Ginting, D. B. (2022). Skrining Resiko Jatuh pada Lansia di Puskesmas Medan Johor. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(2), 293–298.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jpm.v4i2.1130>
- Setiorini, A. (2021). Sarcopenia dan Risiko Jatuh pada Pasien Geriatri. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.24853/mujg.2.1.10-16>
- Sidik, A. B. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Guna Mengurangi Risiko Jatuh pada Lansia di Panti Harapan Kita Palembang 2021. *Jurnal Kesehatan Lenter 'Aisyiyah*, 4(1), 492-501. <https://www.jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/124>
- Suswitha, D., & Arindari, D. R. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Nyeri Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Panti Sosial. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 5(2), 120-130. <https://doi.org/10.36729/jam.v5i2.391>
- WHO. (2021, April 26). *Falls*. World Health Organization (WHO). <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/falls>