

# Hubungan Status Gizi dengan Risiko Jatuh pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon

Ariestya Indah Permata Sari<sup>1</sup>, Gunawan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati, Cirebon  
dr.ariestya@gmail.com

## ABSTRAK

Jatuh merupakan kegagalan manusia untuk mempertahankan keseimbangan badan untuk berdiri. Jatuh memiliki faktor risiko intrinsik dan ekstrinsik, status gizi dapat menjadi suatu faktor risiko jatuh pada lansia. Apabila malnutrisi pada lansia terjadi dalam kondisi lama maka akan berdampak pada kelemahan otot dan kelelahan karena energi yang menurun. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara status gizi dengan risiko jatuh pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jagasatru, Kejaksan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan studi *cross sectional* dengan sampel yang terdiri dari lansia yang berada di Wilayah kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon dengan usia 60-70 tahun. Hubungan antara kedua variabel dianalisis dengan uji *cross tabs* dan uji korelasi *Rank spearman*. Dari analisis korelasi didapatkan *p value* = 0,037 ( $p < 0,05$ ) dan besar korelasi  $r = -0,234$ . Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan risiko jatuh pada lansia dengan korelasi negatif yang lemah.

Kata Kunci: lansia, status gizi, risiko jatuh

## ABSTRACT

*Fall is the human failure to stay balanced to standing. There are risk factors contribute to fall accident, one of them is nutritional status in aged people. If malnutrition occurs in a very long time in aged people, this would cause weakness of muscles and fatigue due to deterioration of energy. The aim of this study is to analyze correlation between nutritional status with fall accident in aged people in the working area of public health center Jagasatru, Kejaksan. This was an analytic descriptive study with cross sectional approach. Samples were aged people between 60-70 years old. Correlation between the two variables was analyzed by cross tab and Rank spearman test with *p value* 0.037 ( $p < 0.05$ ) and *r correlation* = - 0.234. This conclude that there is significant correlation between nutritional status with fall risk in aged people with weak negative correlation.*

**Keywords:** aged people, nutritional status, fall risk

## Latar Belakang

Jatuh merupakan kegagalan manusia untuk mempertahankan keseimbangan badan untuk berdiri. Keseimbangan tersebut dapat dicapai oleh karena kerjasama dari otot-otot antigravitasi, alat sensorik pada kulit, otot dan sendi. Proses menua mengakibatkan menurunnya refleks stabilitas badan, otot-otot gravitasi berkurang kekuatannya serta adanya kelemahan otot yang berakibat melambatnya reaksi terhadap keseimbangan badan, berkurangnya daya pengelihan dan melambatnya refleks vestibular berpengaruh terhadap tingginya angka kejadian jatuh pada lansia. Hal ini menyebabkan penurunan reflex untuk mempertahankan keseimbangan pada seseorang dengan usia lebih dari 49 tahun.

Sekitar 30-50% dari populasi lanjut usia yang berusia lebih dari 65 tahun mengalami jatuh setiap tahunnya (Nugroho, 2008). Kasus jatuh yang terjadi di poliklinik layanan terpadu usia lanjut RSCM pada

tahun 2000 sebesar 15,53 % (285 kasus). Pada tahun 2001 tercatat 15 pasien lansia (dari 146 pasien) yang dirawat karena instabilitas dan sering jatuh. Pada tahun 1999, 2000, dan 2001 masing-masing tercatat sebanyak 25 pasien, 31 pasien, dan 42 pasien yang harus dirawat karena fraktur femur akibat jatuh (Maryam, dkk 2008). Dari data tersebut dapat menunjukkan bahwa kejadian jatuh pada lansia semakin meningkat dari tahun ke tahun. (Darmojo & Hartono 2006).

Faktor risiko jatuh pada lansia dapat digolongkan dalam dua golongan yaitu, faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Biasanya penyebab jatuh pada lansia merupakan gabungan dari beberapa faktor atau multifaktorial (Stanley 2006, Miller 2004). Faktor intrinsik adalah faktor yang berasal dari dalam tubuh itu sendiri yang meliputi gangguan jantung dan sirkulasi darah, gangguan sistem anggota gerak misal kelamahan otot-otot ekstremitas bawah, kekakuan

sendi, gangguan sistem saraf misalnya, neuropati perifer, gangguan pengelihatatan, gangguan psikologis, infeksi telinga, gangguan adaptasi gelap, pengaruh obat-obatan, vertigo, arthritis, singkop dan *dizzines*. (Chen 2005). Adapun faktor ekstrinsik yang berpengaruh antara lain cahaya ruangan yang kurang terang, lantai yang licin, terseandung benda-benda, alas kaki kurang pas, kursi roda yang tak terkunci. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab jatuh pada lansia diantaranya adalah gangguan gaya berjalan, gangguan keseimbangan, obat-obatan dan penyakit tertentu (diabetes mellitus, hipertensi, demensia) dan lingkungan yang tidak aman (Miller 2004, Chen 2005).

Di antara berbagai faktor tersebut, status gizi dapat menjadi suatu faktor risiko jatuh pada lansia. Apabila malnutrisi pada lansia terjadi dalam kondisi lama maka akan berdampak pada kelemahan otot dan kelelahan karena energi yang menurun. Oleh karena itu, lansia akan berisiko tinggi untuk terjatuh atau mengalami ketidakmampuan dalam mobilisasi yang menyebabkan cedera atau luka tekan (Watson, 2003). Dari uraian tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis hubungan antara status gizi dengan risiko jatuh pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon.

### Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan studi *cross sectional* di wilayah kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon. Responden pada penelitian ini adalah lansia yang berada di Wilayah kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon dengan usia 60-70 tahun. Status gizi lansia didapatkan dengan pengukuran berat badan menggunakan timbangan badan dan meteran serta kuesioner *mini nutritional assessment* (MNA). Risiko jatuh pada lansia didapatkan dengan observasi dan wawancara

langsung. Hubungan antara kedua variabel dianalisis dengan menggunakan uji *cross tabs* dan uji korelasi *Rank spearman* menggunakan program komputer.

### Hasil dan Pembahasan

Gambaran Status Gizi Lansia di wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon tahun 2014 dapat dilihat pada tabel 1. Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa dari 80 responden di wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru, 73 orang atau 91,3% memiliki nutrisi baik, dan sebanyak 7 orang atau 8,8% memiliki risiko malnutrisi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian Lansia di wilayah kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon tingkat Status Gizi yang baik.

Risiko Jatuh Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon tahun 2014 dapat dilihat pada tabel 2. Berdasarkan tabel diatas terlihat bahwa dari 80 responden di Di wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon, 70 orang atau 87,5% tidak memiliki risiko jatuh dan sebanyak 6 orang atau 7,5% memiliki risiko jatuh rendah dan sebanyak 4 orang atau 5% memiliki risiko jatuh tinggi.

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara Status Gizi Lansia dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon. Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada tabel 3.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa dari 73 orang lansia yang memiliki nutrisi baik 91,3% di wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru dengan tidak memiliki risiko jatuh 67 orang atau 83,3% dan 3 orang dengan risiko rendah atau 3,8%, dan 3 orang atau 3,8% memliliki risiko tinggi. Sedangkan dari 7 yang memiliki risiko malnutrisi diantaranya 3 orang atau 3,8% tidak memiliki risiko jatuh dan 3 orang

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon 2014**

Status Gizi	Frekuensi (%)
Nutrisi baik	73 (91,25 %)
Risiko malnutrisi	7 (8,75 %)
Total	80 (100 %)

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Risiko Jatuh Pada Lansia di wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon tahun 2014**

Risiko Jatuh	Frekuensi	Persen
Tidak Beresiko	70	87,5
Risiko Rendah	6	7,5
Risiko Tinggi	4	5,0
Total	80	100

**Tabel 3. Hubungan Status Gizi Lansia dengan Risiko Jatuh Pada Lansia di wilayah Kerja Puskesmas Jagasatru Kota Cirebon tahun 2014**

Status Gizi	Risiko Jatuh		Total	
	Tidak Berisiko	Risiko Rendah		Risiko Tinggi
Nutrisi Baik	67 (83,75 %)	3 (3,75 %)	3 (3,75 %)	73 (91,25 %)
Risiko Malnutrisi	3 (3,75 %)	3 (3,75 %)	1 (1,25 %)	7 (8,75 %)
Total	70 (87,5 %)	6 (7,5 %)	4 (5,0 %)	80

atau 3,8% memiliki risiko rendah serta 1 orang atau 1,3 % memiliki risiko tinggi di wilayah kerja puskesmas Jagasatru kota Cirebon.

Penentuan status gizi berdasarkan MNA memiliki tujuan untuk mengetahui apakah seseorang berada pada kondisi risiko malnutrisi atau tidak sehingga dapat ditentukan intervensi gizi sejak dini tanpa membutuhkan penilaian oleh tim khusus gizi. Responden dalam penelitian ini diwawancara berdasarkan pertanyaan yang ada di dalam form MNA untuk menentukan status gizi berdasarkan MNA. Proses penentuan status gizi menggunakan MNA terdiri dari dua tahap, tahap pertama adalah skrining MNA menggunakan *short form* MNA. Apabila pada tahap ini didapatkan hasil bahwa responden mengalami kemungkinan malnutrisi dan membutuhkan pengkajian lebih lanjut, maka tahap selanjutnya yaitu pengkajian MNA menggunakan *full* MNA.

Hasil skrining MNA dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 91,75% lansia yang ada wilayah kerja puskesmas Jagasatru normal (nutrisi baik) dan risiko malnutrisi sebesar 8,25%.

Hasil analisa item risiko jatuh pada MFS menunjukkan

bahwa sebagian besar responden tidak memiliki riwayat jatuh 3 bulan terakhir yaitu sebanyak 73 orang.

Dari hasil pengolahan dengan SPSS, korelasi di dapatkan bahwa nilai hasil *P value* = 0,037. Karena *P value* < 0,05 maka ada hubungan signifikan antara status gizi dengan risiko jatuh pada lansia. besarnya korelasi antara status gizi lansia dengan risiko jatuh lansia  $r = - 0,234$ . Termasuk dalam korelasi negatif yang lemah. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa semakin baik status gizi lansia makan akan semakin rendah risiko untuk jatuh. Asupan protein yang rendah meningkatkan kemungkinan jatuh, yang berkaitan dengan koordinasi dan kelemahan otot. (Gillespie, 2009)

#### Simpulan

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan risiko jatuh pada lansia ( $P = 0,037$  dan  $r = - 0,234$ ), yaitu korelasi negatif yang lemah, yang berarti bahwa semakin baik status gizi lansia maka semakin rendah risiko untuk jatuh.

#### Daftar Pustaka

- Chen J.S., March L. M., et al. 2005. *A Multivariate regresion model predicted falls in residents living in intermediate hostel care*. J Clinical Epidemiology.
- Darmojo, R. B., H.Hadi Hartono. 2006. *Ilmu Kesehatan Usia Lanjut Edisi 3*: Balai Penerbit FKUI
- Maryam R.S., 2008. *Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Miller, Carol A. 2004. *Nursing For Wellnws In Older Adult; Theory And Practice*. Philadelphia; Lippincott William & Wilkins
- Nugroho, W . 2008. *Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik*. Jakarta: EGC
- Stanley, M, Blair, A.K, Beare P.G. 2005. *Gerontological Nursing; Promoting Succesful Aging With Older Adult*. Philadelphia; F.A Davis Company.
- Watson, Roger 2003. *Perawatan Pada Lansia (Musri Penerjemah)*. Jakarta EGC