

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang memiliki usia mulai dari 60 tahun ke atas, pada kelompok lansia ini memasuki tahapan akhir dari sebuah perkembangan normal yang akan terjadi pada setiap individu yang memasuki usia lanjut (Pramudiani, 2021). Lansia di kategorikan menjadi beberapa tahapan umur diantaranya ialah usia pertengahan *middle age* yaitu usia 45 - 59 tahun, lanjut usia *elderly* yaitu usia 60 - 74 tahun, lanjut usia tua *old* yaitu antara 75 - 90 tahun (Kementrian Kesehatan Indonesia, 2023).

Obesitas sendiri dapat didefinisikan sebagai kondisi penyakit atau berhubungan dengan penyakit yaitu berupa penumpukan lemak tubuh, yang secara klinis ditandai dengan indeks massa tubuh sebesar 27 kg/m^2 (Nurdianto *et al.*, 2021). Obesitas dapat menimbulkan atau memperburuk kondisi kesehatan kronis seperti diabetes, penyakit kardiovaskular, hipertensi, dan radang sendi, serta berkontribusi pada penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, seperti berjalan dan menaiki tangga, maka dari itu obesitas memiliki resiko jatuh pada lansia obesitas terjadi karena indeks massa tubuh pada lansia tidak normal. Namun indeks massa tubuh yang *underweigh* bisa mengalami risiko jatuh hal ini disebabkan oleh IMT yang memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan lansia dalam berbagai aspek, baik fisik maupun mental. Lansia dengan IMT di bawah normal (*underweight*) berisiko mengalami malnutrisi dan kelemahan fisik yang dapat meningkatkan risiko jatuh dan infeksi (Kıskacı *et al.*, 2022).

Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah indikator yang digunakan untuk menilai seseorang yang memiliki berat badan yang sehat, kurang, atau subur. Lansia dengan IMT yang tidak normal, baik itu terlalu rendah (kekurangan gizi) atau terlalu tinggi (kegemukan atau obesitas) akan meningkatkan risiko jatuh, yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti kelemahan otot, keseimbangan yang buruk, gangguan sensori perifer dan kondisi kesehatan lainnya (Jayanama *et al.*, 2022; Mohajan & Mohajan, 2023) (Piché *et al.*, 2020). IMT pada lansia yang terjaga membantu lansia terhindar dari kondisi kesehatan kronis seperti diabetes dan penyakit lainnya seperti diatas. Indeks Massa Tubuh yang tidak ideal dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam menjaga

keseimbangan tubuh. IMT yang rendah (kurus) seringkali terkait dengan kekurangan massa otot. IMT yang obesitas dan underweigh keduanya memiliki risiko jatuh, pada obesitas ini disebabkan oleh lansia yang tidak bisa menyeimbangkan tubuhnya karena berat badannya dan beban yang berlebih pada sendi, sedangkan pada lansia underweight massa otot dan lemaknya yang rendah sehingga tubuh menjadi lemah dan tidak kuat menopang tubuhnya sendiri sehingga keduanya berisiko jatuh.

Menurut data WHO diketahui terdapat 45 juta lebih lansia di berbagai negara mengalami obesitas pada usia >65 tahun yang mencapai 25,3% . Prevalensi obesitas di Indonesia pada lansia yaitu 18,8% yang diketahui dari lansia usia 55 – 64 tahun 23,1%, 65 - 74 tahun 18,9%, dan >75 tahun 15,8%. Prevalensi obesitas yang paling tinggi terjadi pada kelompok usia 55 – 64 tahun (Kristiawan P. A. *et al.*, 2018). Berdasarkan data Riskesdas (2018) diketahui pada prevalensi obesitas pada lansia di provinsi Jawa Timur yaitu sekitar 18,8% dengan berbagai macam kelompok usia diantaranya usia 55 sampai 64 tahun 23,1% usia 65-74 tahun 18,9% usia 75 tahun 15,8% . Berdasarkan hasil penelitian di Kota Malang, diketahui lansia dengan obesitas yaitu 50,0% mengalami masalah gizi sehingga masuk dalam kategori obesitas berat (Setiawan *et al.*, 2024).

Menurut data WHO tahun 2023, kejadian jatuh meningkat dengan seiringnya waktu, sebanyak 28–35% orang berusia 65 tahun ke atas mengalami jatuh. Pada Tahun 2023 sebanyak 32-42 % orang berusia 70 tahun ke atas mengalami jatuh. Kejadian jatuh meningkat seiring waktu (Xing *et al.*, 2023). Menurut survei *Indonesian Family Life Survey* (IFLS), prevalensi jatuh pada individu berusia lebih dari 65 tahun adalah sekitar 30%, dan angka ini meningkat menjadi 50% untuk pasien yang berusia lebih dari 80 tahun. Prevalensi pada lansia yang mengalami jatuh di Jawa Timur sendiri diketahui mencapai angka sekitar 10,4% (Ramlis, 2018). Berdasarkan prevalensi jatuh di Kota Malang 65 % penduduk berusia di atas 65 tahun mempunyai risiko jatuh, sedangkan 50 % diantaranya mengalami jatuh berulang (Arham, 2024).

Fenomena yang diketahui ditemukan di Desa Sempalwadak banyak lansia yang berjalan tidak stabil dan ada yang menggunakan alat bantu jalan, selain itu juga banyak lansia yang melakukan aktifitas yang menimbulkan risiko jatuh, contohnya Bertani, peneliti melakukan wawancara dan pengkajian dengan 10 lansia di Desa Sempalwadak di temukan 6 lansia memiliki

Indek massa tubuh yang obesitas Dengan nilai indeks massa tubuh 30,9, 28,7, 30,6, 31,2, 28,5 30 dan yang memiliki Indeks massa tubuh underweight yaitu 2 dengan nilai 16,6 dan 13,6 dengan 2 lagi memiliki Indeks massa tubuh normal dengan skor 18,7 dan 19,7. Serta diketahui dari 10 lansia tersebut, 8 lansia mengalami risiko jatuh tinggi dengan skor yang sama yaitu 60 dan 65 dan dua diantaranya risiko ringan dengan skor 15.

Risiko jatuh pada lansia adalah salah satu masalah kesehatan yang paling sering dihadapi jatuh dapat terjadi akibat berbagai faktor seperti lingkungan yang tidak aman kondisi fisik yang menurun dan gangguan keseimbangan faktor-faktor ini seringkali berinteraksi sehingga memperbesar risiko jatuh pada lansia (Xing *et al.*, 2023). Menurut Riffatul *et al.* (2023) menyatakan bahwa indeks massa tubuh (IMT) yang berlebih merupakan faktor risiko jatuh pada lansia. Kegemukan mempengaruhi aktivitas fisik dan meningkatkan kemungkinan cedera

Cedera yang diakibatkan oleh jatuh, seperti patah tulang, luka dalam, atau trauma kepala, dapat memerlukan perawatan medis yang intensif dan waktu pemulihan yang lama. Cedera ini juga dapat mengakibatkan penurunan mobilitas dan kemandirian, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia (Chen *et al.*, 2023). Selain dampak fisik, jatuh juga dapat memberikan dampak psikologis seperti rasa takut jatuh lagi, yang dapat mengurangi aktivitas fisik dan menyebabkan isolasi sosial. Hal ini bisa berujung pada penurunan kesejahteraan mental dan meningkatkan risiko depresi pada lansia. Oleh karena itu, pencegahan jatuh menjadi sangat penting untuk menjaga kesehatan dan kualitas hidup lansia (Z. C. Yang *et al.*, 2023).

Walaupun banyak penelitian telah mengeksplorasi faktor risiko jatuh pada lansia, masih sedikit yang secara khusus mengkaji hubungan antara IMT dan risiko jatuh pada populasi lansia di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut, Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya mencakup Populasi dan Konteks Lokal Penelitian ini telah dilakukan di Indonesia atau dalam konteks lokal tertentu, yang berbeda dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan di negara lain dengan populasi yang berbeda. Faktor budaya, gaya hidup, dan lingkungan di Indonesia dapat mempengaruhi hasil penelitian. dan metode yang digunakan dalam pengumpulan data atau analisis statistik, dan definisi operasional dari risiko jatuh dan IMT dapat berbeda.

Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Turnero Quinones et al. (2020) tentang *unctional Ability, Frailty and Risk of Falls in the Elderly Relations with Autonomy in Daily Living* pada penelitian tersebut hanya menghubungkan Kemandirian dalam aktivitas sehari-hari berhubungan dengan kelemahan fisik dan risiko jatuh pada lansia dan pada penelitian (Merchant et al., 2021) tentang *Relationship of Fat Mass Index and Fat Free Mass Index With Body Mass Index and Association With Function, Cognition and Sarcopenia in Pre-Frail Older Adults* yang dimana memiliki persamaan dengan peneliti sebelumnya namun lebih memfokuskan pada tahap awal kelemahan fisik, sedangkan peneliti fokus pada risiko jatuh. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mohammed et al., 2020) tentang *Influence of Age, Gender, and Body Mass Index on Balance and Mobility Performance in Indian Community-Dwelling Older People* Penelitian ini menunjukkan bahwa BMI tidak berpengaruh signifikan pada keseimbangan dan mobilitas, sedangkan peneliti ingin melihat hubungan BMI dengan risiko jatuh pada lansia.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik mengambil judul penelitian Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Resiko Jatuh pada Lansia karena terdapat beberapa alasan yang memperkuat diantaranya yaitu kualitas kesehatan lansia yang dimana memiliki kerentanan terhadap berbagai masalah kesehatan termasuk resiko jatuh, jatuh pada lansia sering menyebabkan cedera serius dan mengakibatkan penurunan mobilitas dan kualitas hidupnya. IMT sendiri adalah indikator yang sering digunakan mengukur berat badan pada lansia yang dimana dapat mempengaruhi keseimbangan dan kekuatan otot yang berpotensi meningkatkan resiko jatuh pada lansia.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan IMT (Indeks Masa Tubuh) dengan resiko jatuh pada lansia di Desa Sempal Wadak wilayah Puskesmas Bululawang”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan IMT (Indeks Masa Tubuh) dengan resiko jatuh pada lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi IMT (Indeks Masa Tubuh) pada lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang
2. Mengidentifikasi resiko jatuh pada lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang
3. Untuk menganalisis hubungan IMT (Indeks Masa Tubuh) dengan resiko jatuh pada lansia di Desa Sempal Wadak wilayah kerja Puskesmas Bululawang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini akan menambah wawasan dalam bidang kesehatan, khususnya mengenai hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan risiko jatuh pada lansia. Dengan memperjelas hubungan ini, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan teori-teori dalam ilmu kesehatan dan gizi, serta dapat menjadi referensi penting bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang mengeksplorasi faktor-faktor risiko jatuh pada lansia dari perspektif lain, seperti kondisi kesehatan lainnya atau faktor lingkungan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh tenaga medis di Puskesmas Bulu Lawang untuk merancang program pencegahan jatuh yang lebih efektif dan terfokus pada lansia dengan IMT yang tidak ideal. Selain itu, penelitian ini juga dapat dijadikan dasar untuk program edukasi yang menyoroti keluarga dan masyarakat mengenai pentingnya menjaga IMT yang ideal pada lansia, sehingga meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mereka tentang cara-cara pencegahan jatuh yang dapat diterapkan di rumah.