



PERAN CAREGIVER DALAM MENCEGAH RISIKO JATUH PADA LANSIA DI PANTI WERDHA : LITERATURE REVIEW

The Role of Caregivers in Preventing the Risk of Falls in the Elderly in Nursing Homes : Literature Review

Yaumil Hafsani Siregar^{1K}, Anggi Hanafiah²,

^{1K}Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

²Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

Email Koresponden : yaumilhafsani@gmail.com

ABSTRAK

Caregiver adalah seseorang yang melakukan pendampingan pada individu maupun kelompok yang tidak mampu merawat dirinya sendiri, baik sebagian atau seluruhnya, karena mengalami berbagai keterbatasan salah satunya kejadian jatuh. Kejadian ini mengindikasikan bahwa kejadian jatuh memerlukan kesadaran dan strategi untuk mengurangi kejadian jatuh pada lansia. Sehingga untuk mencegah risiko jatuh pada lansia membutuhkan pendampingan dapat dilakukan oleh anggota keluarga, maupun caregiver. Tinjauan literature review ini bertujuan mengidentifikasi tentang peran *caregiver* dalam mencegah risiko jatuh dan memaksimalkan pemantauan terhadap lansia di panti werdha. Pencarian artikel menggunakan elektronik meliputi Pubmed dan *Google Scholar*. Artikel dipublikasikan full text, dalam rentang tahun 2018-2023. Artikel yang dipilih memiliki DOI, penelitian kuantitatif dan kualitatif. Berdasarkan keenam artikel bahwa *caregiver* memberikan peranan penting untuk meningkatkan dan mempertahankan derajat kesehatan terutama pada kelompok rentan yaitu pada lansia di panti werdha.

Kata kunci : *Caregiver, Risiko Jatuh, Lansia*

ABSTRACT

Caregiver is someone who provides assistance to individuals or groups who are unable to care for themselves, either partially or completely, due to various limitations, one of which is falling. This incident indicates that falling requires awareness and strategies to reduce the incidence of falls in the elderly. So that to prevent the risk of falling in the elderly, assistance can be carried out by family members or caregivers. This literature review aims to identify the role of caregivers in preventing the risk of falling and maximizing monitoring of the elderly in nursing homes. Article searches using electronics include Pubmed and Google Scholar. Articles are published in full text, in the period 2018-2023. The selected articles have DOI, quantitative and qualitative research. Based on the six articles, caregivers play an important role in improving and maintaining health, especially in vulnerable groups, namely the elderly in nursing homes.

Kata kunci : *Caregiver, Risk of Falls, Elderly*

PENDAHULUAN

Caregiver adalah seseorang yang melakukan pendampingan pada individu maupun kelompok yang tidak mampu merawat dirinya sendiri, baik sebagian atau seluruhnya, karena mengalami keterbatasan fisik maupun psikologis (1). *Caregiver* juga orang yang paling dekat dengan lansia karena memiliki tanggung jawab untuk membantu pemenuhan *activity daily living* (ADL) pada lansia (2). Lansia merupakan kelompok rentan mengalami gangguan kesehatan baik kesehatan secara fisik maupun psikologis. Penurunan fungsi fisiologis pada tubuh lansia akan mengalami berbagai masalah kesehatan (3).



Masalah kesehatan pada lansia terjadi adanya proses penuaan pada berbagai sistem tubuh termasuk keseimbangan dan kemampuan untuk melakukan gerakan, penglihatan, kemampuan merasakan dan kemampuan untuk berkoordinasi sebagai sistem keseimbangan primer akan memfasilitasi keseimbangan dan stabilitas tubuh, akan tetapi oleh karena penambahan usia, lansia mengalami kehilangan sensitivitas pada derajat yang beragam. Kemampuan motorik dalam bergerak menjadi lebih lamban, kekuatan dan ketahanan berkurang. Dengan adanya perubahan ini maka kemampuan lansia untuk bereaksi terhadap jatuh mengalami penurunan yang berakibat pada kejadian jatuh yang dialami (4). Kejadian jatuh pada lansia ini dapat disebabkan dari faktor internal mendukung lansia jatuh adalah usia, proses penuaan yang terjadi dan penyakit yang sedang diderita lansia tersebut sedangkan faktor eksternal berasal dari lingkungan dimana lansia tinggal dan pengobatan yang dijalani.

Peningkatan risiko jatuh pada lansia dengan angka kejadian jatuh terjadi pada usia lebih dari 65 tahun sebesar 30 %, dan pada pasien lebih dari 80 tahun sebesar 50 % setiap tahunnya (5). Kejadian ini mengindikasikan bahwa kejadian jatuh memerlukan kesadaran dan strategi untuk mengurangi kejadian jatuh pada lansia. Sehingga untuk mencegah risiko jatuh pada lansia membutuhkan pendampingan dapat dilakukan oleh anggota keluarga, maupun *caregiver* (6).

Maka untuk mencegah risiko jatuh pada lansia di panti werdha membutuhkan peran *caregiver*, keluarga dan perawat dalam mencegah risiko jatuh pada lansia. Tinjauan *literature review* ini bertujuan mengidentifikasi tentang peran *caregiver* dalam mencegah risiko jatuh dan memaksimalkan pemantauan terhadap lansia di panti werdha.

METODE

Penelaahan artikel dilakukan dengan menggunakan kata kunci “ *caregiver elderly*” OR “ *hypertention elderly*” AND “ OR “ *hypertension elderly*”. Pencarian artikel menggunakan elektronik meliputi Pubmed dan *Google Scholar*. Artikel dipublikasikan full text, dalam rentang tahun 2018-2023. Artikel yang dipilih memiliki DOI, penelitian kuantitatif dan kualitatif, dan artikel membahas peran *caregiver* dalam mencegah risiko jatuh lansia di panti werdha. Artikel yang digunakan dalam *literature review* menggunakan bahasa inggris dan Indonesia.

Hasil

Tabel 1. Hasil

Peneliti & Tahun	Judul	Metodologi	Sampel & Data	Hasil
Nisa, Aini & Rosyidi (2019)	The Relationship Between Ability To Perform Activities Daily Living With Risk For Falls Among Older Adults In Tre	jenis penelitian deskripsi korelasi dengan pendekatan cross sectional. Objek penelitian ini dengan jumlah populasi 71 lansia. Teknik pengambilan sampling yang digunakan adalah purposive	Sampel yang digunakan dalam ini sebanyak 65 sampel dengan menggunakan analisa data uji <i>chi square</i> .	Hasil penelitian diperoleh ada hubungan antara kemampuan pemenuhan aktivitas sehari-hari dengan risiko jatuh pada lansia di panti werdha.



sampling.

Nugroho (2021)	Penguatan intervensi dalam <i>caregiver support</i> pada kelompok lanjut usia di panti werdha kota ternate selatan.	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan diskusi.	Sampel dalam penelitian ini ada sebanyak 10 orang <i>caregiver</i> .	Hasil penelitian menunjukkan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan <i>caregiver</i> dalam memenuhi kebutuhan ADL terutama mencegah risiko jatuh pada lansia di panti werdha.
Boonyathee et.al (2021)	Effects of a social support family caregiver training program on changing blood pressure and lipid levels among elderly at risk of hypertension in a northern Thai community	Pendekatan yang dipergunakan ialah pendekatan quasi eksperimen	sampel yang digunakan pada penelitian adalah 268 lansia yang berisiko terkena hipertensi dan pengasuh mereka. 67 pasang lansia dan pengasuhnya ditugaskan kepada kelompok intervensi dan kontrol.	Hasil penelitian ini menunjukkan Dalam hal hasil bagi pengasuh, ada perbedaan secara keseluruhan perbedaan antara tingkat pengetahuan, efikasi diri, dan perilaku terhadap pelayanan kesehatan ditampilkan oleh pasien hipertensi lanjut usia selama tiga periode waktu yang berbeda ($p < 0,05$). Rata-rata pengetahuan dan efikasi diri peserta meningkat setelah intervensi. Hasilnya, perilaku perawatan diri menjadi lebih baik dan menurunkan tekanan darah serta kadar kolesterol total diamati di antara peserta lanjut usia setelah intervensi. Program-program tersebut menekankan pentingnya peran <i>caregiver</i> dalam memberikan dukungan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, dan mendorong partisipasi



dalam merawat, memantau, dan membantu lansia dalam mengendalikan tekanan darah dan masalah kesehatan lainnya.

Handini & Sakti	Pemberdayaan Caregiver Dalam Penerapan <i>Management Patient Safety</i> Pada Lansia Di Panti Wredha	Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan diskusi.	Sampel dalam penelitian ini ada sebanyak 14 orang <i>caregiver</i> .	Hasil penelitian bahwa <i>caregiver</i> telah mampu melakukan identifikasi resiko jatuh dan ulkus diabetikus pada lansia secara mandiri.	
Purbasari & (2020)	Kesadaran <i>caregiver</i> tentang risiko jatuh pada lansia.	Issue, metodologi, persamaan dan perbedaan penelitian menjadi dasar dalam pelaksanaan literature review.	Sampel yang digunakan pada penelitian terdiri dari penelitian terdapat lima penelitian yang menggunakan kuantitatif dan dua penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif. Populasinya adalah seluruh <i>caregiver</i> yang merawat lansia dan sampel yang digunakan adalah sebagian maupun semua <i>caregiver</i> yang berperan dalam perawatan lansia	Hasil penelitian menunjukkan Berdasarkan 7 penelitian didapatkan lima penelitian yang menunjukkan bahwa <i>Caregiver</i> memiliki kesadaran yang baik dalam pencegahan risiko jatuh pada lansia serta terdapat dua penelitian yang memberikan informasi bahwa <i>caregiver</i> memiliki kesadaran yang kurang dalam pencegahan jatuh pada lansia. Maka untuk meningkatkan kesadaran pada <i>caregiver</i> dengan memberikan	
Yustisia, Susilawati (2022)	Pelatihan Lansia Penanganan Gawat Pada	Kader dalam Darurat Lansia	Metode yang digunakan penelitian dengan memberikan	Subyek yang terlibat pada kegiatan ini adalah kader kesehatan lansia	Hasil penelitian ini menunjukkan pemantauan dan pendampingan secara berkesinambungan, sehingga upaya pelatihan



(GADASIA) di pendidikan
Puskesmas Pasar kesehatan.
Ikan Kota
Bengkulu

yang berjumlah ini dapat memberikan
24 orang yang kontribusi yang positif
mewakili 8 terhadap masyarakat
kelurahan di khususnya kader
wilayah kerja kesehatan lansia dalam
Puskesmas menjalankan perannya di
Pasar Ikan Kota masyarakat sehingga bila
Bengkulu. terjadi kejadian gawat
Tahapan darurat pada lansia.
pelaksanaan
kegiatan
pengabdian
masyarakat ini
terbagi menjadi
beberapa tahap
antara lain tahap
persiapan, tahap
pelaksanaan,
penyusunan
laporan dan
publikasi.

PEMBAHASAN

Caregiver merupakan orang yang paling dekat untuk memberi pendampingan pada lansia dalam membantu pemenuhan *activity daily living* (ADL) dan mengidentifikasi kebutuhan lansia termasuk dalam mencegah terjadinya jatuh pada lansia (7). Lansia merupakan populasi yang rentan mengalami gangguan kesehatan baik kesehatan secara fisik maupun psikologis. Penurunan fungsi fisiologis pada tubuh lansia yang membuat lansia mengalami gangguan kesehatan secara fisik. Gangguan kesehatan secara fisik yang sering dialami oleh lansia adalah seperti penyakit kronis dan keterbatasan lainnya. Selain itu, permasalahan psikologis yang dialami oleh lansia juga menjadi penyebab munculnya penyakit fisik (8).

Lansia yang mengalami penyakit kronis dan penyakit degeneratif dapat menyebabkan keterbatasan dalam beraktifitas dan bermobilisasi (9). Keterbatasan fisik dan juga masalah kesehatan pada lansia akan meningkatkan tingkat ketergantungan lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, baik secara sebagian maupun total. Lansia cenderung memiliki masalah risiko jatuh, dan ketergantungan dalam *activity daily living* (ADL) (10).

Menurut Nisa, Aini, dan Rosyidi (2019) dalam mencegah risiko jatuh pada lansia di panti werdha membutuhkan dukungan dari tenaga kesehatan terutama perawat dengan memberikan upaya pada lansia. Upaya yang dapat dilakukan dengan mengidentifikasi perilaku serta faktor mempengaruhi jatuh, identifikasi lingkungan yang dapat menyebabkan jatuh, sediakan alat bantu untuk menyeimbangkan gaya berjalan, ajarkan pasien bagaimana jika jatuh, agar tidak cidera serius, memonitor untuk berpindah, menyediakan pencahayaan yang cukup untuk dalam meningkatkan pandangan lansia agar tidak jatuh, lakukan program latihan fisik rutin. Selain itu, adapun beberapa tahapan yang dapat dilakukan dalam perawatan lansia yang mengalami gangguan pemenuhan aktivitas sehari-hari mengukur fungsi menjalankan kegiatan sehari-hari pada waktu sekarang,



menetapkan tujuan dan goal (pencapaian), menyusun rencana perawatan, melaksanakan rencana perawatan yang cocok, mengevaluasi. Lansia yang mandiri, lansia yang kondisinya sehat dalam arti luas masih mampu menjalankan kehidupan pribadinya (11).

Hasil penelitian Nugroho (2021) bahwa sebelum dan setelah diberikan pelatihan terhadap *caregiver* menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan dari 40% menjadi 80%. Peningkatan kemampuan *caregiver* dalam merawat lansia juga didukung dengan pemberian bantuan kebutuhan hidup dasar merupakan bagian dari kompetensi profesional keperawatan sehingga perlu adanya upgrading dari perawat (12).

Sejalan dengan Boonyathee et.al (2021) bahwa pemberian intervensi dukungan sosial yang diberikan pada *caregiver* juga dapat meningkatkan pengetahuan, efikasi diri, perawatan kesehatan, dan tekanan darah pada lansia di masyarakat. Menurut Zhu, Liu & Jiang (2022) menyebutkan untuk meningkatkan dan mempertahankan derajat kesehatan lansia di masyarakat melalui upaya pelayanan kesehatan primer di komunitas dengan pemberian obat-obatan, dukungan keluarga, dan *caregiver*. Selain itu pelaksanaan pelayanan kesehatan dilakukan melalui internet dan layanan medis virtual dipromosikan bertujuan agar dapat diakses diberbagai daerah dapa mencegah risiko jatuh dan meningkatkan derajat kesehatan lansia di masyarakat.

Berdasarkan penelitian Handini & Sakti (2023) bahwa untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan *caregiver*, peneliti melakukan praktik tentang cara melakukan identifikasi risiko jatuh dengan menggunakan *form Ontario Modified Stratify – Sydney Scoring*. Kegiatan ini dilakukan pada pertemuan kedua. Untuk mengoptimalkan kemampuan para peserta, maka pada pertemuan ketiga, dilakukan simulasi identifikasi risiko jatuh. Kegiatan yang dilakukan adalah peserta melakukan *assessment* risiko jatuh kepada lansia. Masing-masing peserta mengkaji 2-3 lansia dan peneliti melakukan penilaian menggunakan lembar observasi. Dari hasil penilaian didapatkan hasil bahwa dari 14 peserta mendapat nilai rata-rata 5,21 (dengan rentang nilai 0-6) yang diartikan bahwa seluruh peserta telah mampu melakukan identifikasi risiko jatuh menggunakan *form Ontario Modified Stratify – Sydney Scoring*. Pelatihan identifikasi risiko jatuh ini menunjukkan bahwa peran *caregiver* menjadi sangat penting karena harus memiliki kemampuan menambah pengetahuan dan keterampilan untuk merawat lansia (13).

Sejalan dengan Purbasari & Manungkalit (2020) bahwa dalam mencegah risiko jatuh pada lansia baik di rumah, rumah sakit maupun tatanan komunitas dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pada kader ataupun *caregiver*. Pemberian pengetahuan maupun keterampilan dilakukan melalui pemberian pendidikan kesehatan dengan media leaflet atau stiker/gambar dan perubahan serta modifikasi rumah agar jatuh tidak terjadi. Lebih lanjut dalam penelitian Lourdes R Guerrero (2019), upaya mencegah risiko jatuh pada lansia dilakukan dengan memberikan training pada *caregiver* akan mencegah risiko jatuh pada lansia. Selain dari memberikan pengetahuan, keterampilan dan traning pada *caregiver* strategi yang digunakan dalam pencegahan risiko jatuh juga didukung oleh keluarga, teman dan petugas kesehatan professional (Ang, 2019). Hal ini didukung juga oleh penelitian Marla Andréia Garcia de Avila (2015), yang memaparkan bahwa *caregiver* yang dapat berasal dari keluarga, maupun *caregiver* yang berasal dari *agency* yang dibayar dengan memiliki kesadaran untuk melakukan program kesehatan dengan prinsip yang benar akan dapat mencegah terjadinya jatuh pada lansia.

Menurut Yustisia, Aprilatutini, Susilawati (2023) upaya peningkatan pengetahuan *caregiver* lansia. Hal ini sesuai dengan hasil kegiatan yang dilakukan oleh (14), bahwa pelatihan pertolongan pertama kegawatdaruratan dapat meningkatkan pengetahuan *caregiver* dalam penanganan kondisi gawat darurat. Pelaksanaan ini merupakan suatu upaya peningkatan pemahaman terhadap keterampilan menangani gawat darurat lansia seperti pertolongan pasien tidak sadar, risiko, jatuh,



bantuan hidup dasar, pemasangan balutan luka dan pembidaian (15). Selain itu dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan pada *caregiver* diharapkan dapat memberikan kepercayaan diri dan peningkatan kualitas *caregiver* sebagai bagian dari masyarakat yang dapat berkontribusi dalam upaya penanganan risiko jatuh khususnya terhadap lansia dan dapat menunjang penanganan lebih maksimal sehingga tercapainya *safe community* pada lansia di masyarakat (16).

KESIMPULAN

Berdasarkan keenam artikel bahwa *caregiver* memberikan peranan penting untuk meningkatkan dan mempertahankan derajat kesehatan terutama pada kelompok rentan yaitu pada lansia di panti werdha. *Caregiver* dilakukan berdasarkan pengetahuan dan keterampilan maupun traning yang diberikan oleh petugas tenaga kesehatan profesional baik secara langsung maupun melalui via telepon, whatsapp app, maupun media lainnya. Sehingga dapat meningkatkan dan memperatahkan derajat kesehatan lansia di panti werdha

UCAPAN TERIMA KASIH

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *Self Care Management* dengan kualitas hidup pasien *Congestive Heart Failure* di rumah Sakit Umum Wulan Windy.

DAFTAR PUSTAKA

1. Anggaswari, A. A. A. W. D., Puji Astiti B, N. L. G., & Saputro, W. H. (2022). Pelatihan Emotional Intelligence untuk Meningkatkan Caring Behavior pada Caregiver Lansia. *Jurnal Studia Insania*, 9(2), 121. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i2.5507>
2. A'yun, D. Y. (2022). *Pengalaman Caregiver Informal Dalam Merawat Lansia Pada Masa Pandemi*. Semarang: Volume 9 Nomor 2 (2022). Character: Jurnal Penelitian Psikologi.
3. Annisa Wuri Kartika, K. N. (2023). *Pelatihan Caregiver untuk Meningkatkan Kesiapan Perawatan Lansia Sakit Kronis di Rumah*. Kediri: Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara, 7 (2), 2023, 568-578, Available online at: <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/PPM>, DOI: <https://doi.org/10.29407/ja.v7i2.19236>.
4. Febrina Secsaria Handini, I. P. (2023). *Pemberdayaan Caregiver Dalam Penerapan Management Patient Safety Pada Lansia Di Panti Wredha*. Malang, Jawa Timur: Selaparang. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan, Volume 7, Nomor 1 Maret 2023. p-ISSN : 2614-5251, e-ISSN : 2614-526X.
5. Luthfi Fadlilatun Nisa, L. A. (2019). *The Relationship Between The Ability To Perform Activities Of Daily Living With Risk For Falls Among Older Adults In Tresna Werdha Social Service Banyuwangi*. Yogyakarta: Jurnal Ilmu Keperawatan.
6. Muhammad Khoirul Amin, S. R. (2021). *Optimalisasi Peran Caregiver Hipertensi saat Pandemi Covid-19 di Dusun Trojayan Paremono Magelang*. Magelang: Community Empowerment, Vol.6 No.2 (2021) pp. 193-199, p-ISSN: 2614-4964 e-ISSN: 2621-4024.
7. Ninda Ayu Prabasari P, M. M. (2020). *Kesadaran Caregiver Tentang Risiko Jatuh Pada Lansia (Caregiver Awareness about the Risk of Falling in the Elderly)*. Surabaya: Jurnal Ners LENTERA, Vol. 8, No. 2, September 2020.
8. Nova Yustisia, T. A. (2023). *Pelatihan Kader Lansia dalam Penanganan Gawat Darurat Pada Lansia (GADASIA) di Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu*. Bengkulu: Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS, Vol. 21, No. 02, Desember, 2023, pp. 174 – 186.



9. Nugroho, W. (2021). *Penguatan Intervensi Dalam Caregiver Support Pada Kelompok Lanjut Usia Di Panti Werdha Kota Ternate Selatan*. Ternate Selatan: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK), eISSN: 2807-3134.
10. Sorawit Boonyathee, K. S.-A. (2021). *Effects of a social support family caregiver training program on changing blood pressure and lipid levels among elderly at risk of hypertension in a northern Thai community*. Thailand: PLOS ONE | <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259697> November 30, 2021.
11. Yingqian Zhu, Y. L. (2022). *Geriatric Health Care During the COVID-19 Pandemic: Managing the Health Crisis*. Shanghai, Republic of China: Clinical Interventions in Aging 2022:17 1365–1378.