

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah fase lanjutan setelah fase dewasa, yang mencakup dari bayi lahir hingga usia lanjut dan berakhir pada kematian. Pada daur kehidupan manusia, lanjut usia merupakan tahap akhir perkembangan (Kurniasih dan Nurjanah., 2020). Menurut UU Nomor 13 Tahun 1998, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun atau lebih (Alpiana dan Novita., 2022).

Proses menua pasti akan terjadi pada orang tua. Menua adalah proses di mana daya tahan tubuh seseorang menurun dalam menanggapi rangsang dari dalam maupun dari luar. Kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mengendalikan fungsi normalnya juga secara bertahap akan menurun. Meskipun demikian, menua bukanlah suatu penyakit karena orang tua pasti akan mengalami proses penuaan (Pranata *et al.*, 2020).

Di seluruh dunia, ada 1 miliar orang di rentang usia 60 tahun ke atas. Jumlah ini akan terus bertambah menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030 dan 2,1 miliar pada tahun 2050, karena pesatnya peningkatan ilmu pengetahuan dan perubahan sosial ekonomi dapat berdampak pada kemajuan angka harapan hidup dan derajat kesehatan masyarakat (WHO, 2022). Persentase penduduk lanjut usia di Indonesia naik dari 4,5 persen pada tahun 1971 menjadi 10,7 persen pada tahun 2020 dan akan terus meningkat sampai 19,9 persen pada tahun 2045 (BPS, 2022). Jumlah lansia di Kabupaten Sumba Barat sendiri pada tahun 2020 adalah 16.170, dengan 8.389 orang laki-laki dan 6.481 orang Perempuan (Badan Pusat Statistik, 2020).

Banyak perubahan terjadi seiring bertambahnya usia, termasuk kehilangan koordinasi, keseimbangan, perubahan postur, dan penurunan motor unit recruitment. Motor unit terdiri dari anterior motor neuron dan serabut otot yang diinervasinya (Unud dan Power, 2019). Kekuatan otot dipengaruhi oleh jumlah motor unit yang direkrut. Semakin banyak motor

unit yang diaktifkan, semakin banyak kekuatan, kontraksi, elastisitas, fleksibilitas, kecepatan, dan waktu reaksi otot yang dihasilkan. Semua perubahan ini berdampak pada perubahan bentuk tulang, yang paling sering terjadi pada tulang vertebra. Akibatnya, ketika orang menjadi lebih tua, mereka mengalami perubahan postur (Rahayu *et al.*, 2020).

Perubahan postur yang sering terjadi yaitu kifosis, kelainan pada lengkungan tulang belakang bagian atas yang membuat punggung atas terlihat membungkuk, lordosis, lengkungan pada tulang belakang bagian bawah melengkung ke dalam secara berlebihan, dan skoliosis kelainan pada tulang belakang yang bentuk punggung melengkung seperti huruf C atau S. Lansia pada umumnya akan mengalami postur tubuh kifosis atau hiperkifosis (Yunia Dewi *et al.*, 2023).

Kifosis terjadi pada 20% hingga 40% pada orang dengan lanjut usia. Peningkatan nilai kifosis menyebabkan mobilitas tulang belakang yang terbatas, penurunan fungsi paru-paru, penurunan kinerja fisik, gangguan fungsi berjalan, dan penurunan kualitas hidup karena perubahan pada tulang belakang dada yang terjadi selama usia lanjut (Kumar *et al.*, 2023).

Lansia dengan usia 60-80 tahun ke atas 62,3% mengalami gangguan fungsi berjalan (Endo *et al.*, 2022). Gaya berjalan atau pola gerak merupakan hasil dari koordinasi translasi dan rotasi seluruh tubuh. Kolaborasi yang efektif antara bagian atas dan bawah tubuh sangat penting untuk menciptakan pola berjalan yang optimal secara mekanis. Pada lanjut usia, peran ekstremitas atas menjadi krusial dalam menjaga keseimbangan tubuh saat berjalan. Gangguan pada bagian atas tubuh dapat memengaruhi pola berjalan seseorang pada usia lanjut. Gangguan fungsi berjalan pada lansia akan tercermin dalam berjalan dengan kecepatan yang lebih rendah (Widiyantari *et al.*, 2023).

Kecepatan berjalan adalah aspek krusial dari fungsi berjalan yang diketahui mengalami penurunan seiring bertambahnya usia. Beberapa individu lanjut usia berjalan dengan kecepatan yang lebih lambat, karena menurunnya stabilitas mekanis pada kecepatan yang lebih tinggi (Redha *et*

al., 2022). 15% pria usia 65-70 tahun dan 75% wanita usia 70-75 tahun di Indonesia mengalami penurunan kecepatan berjalan (Widiyantari *et al.*, 2023) Kecepatan berjalan pada lansia turun 15% saat berjalan normal dan 20% saat berjalan dengan kecepatan maksimal (Lien *et al.*, 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sabakodi *et al* (2022), ditemukan bahwa dari 36 responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan 7 subjek di antaranya menunjukkan postur kifosis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kifosis, semakin lama waktu yang dibutuhkan untuk berjalan. Selain itu, penelitian Salsalbira *et al* (2019) mengungkapkan bahwa pada lansia, peningkatan kurva kifosis secara signifikan memperpanjang waktu yang diperlukan untuk berjalan.

Upaya pemerintah di Indonesia terkait dengan meningkatnya jumlah populasi lanjut usia meliputi merumuskan kebijakan dan program yang ditujukan kepada kelompok penduduk lanjut usia. Salah satu upaya tersebut adalah melalui program puskesmas santun lansia, yang bertujuan untuk memberikan pelayanan kesehatan lengkap pada penduduk lanjut usia mencakup aspek *promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif*. Tujuannya adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mutu kehidupan lanjut usia, sehingga mereka dapat mencapai masa tua yang bahagia dan berguna dalam kehidupan keluarga dan masyarakat (Kemenkes RI, 2015).

Pemerintah menginisiasi program untuk mendirikan pos pelayanan terpadu (Posbindu) di puskesmas, khususnya untuk masyarakat lanjut usia di suatu daerah tertentu dan dinamakan posyandu lanjut usia. Posyandu lanjut usia merupakan suatu layanan bagi para lanjut usia di komunitas, yang proses pembentukannya dan pelaksanaannya melibatkan partisipasi dari berbagai pihak, termasuk masyarakat lokal, sektor pemerintah dan non-pemerintah, perusahaan swasta organisasi sosial, dan lainnya. Fokus utama layanan ini adalah pada upaya promosi dan pencegahan kesehatan (Komisi Nasional Lansia, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di posyandu lansia kelurahan kampung sawah pada 103 lansia didapatkan 73 lansia yang

mengalami perubahan postur kifosis. Jika perubahan postur terjadi, maka akan ada beberapa akibat yang mungkin mempengaruhi seorang lanjut usia. Misalnya, dapat menyebabkan rasa tidak nyaman, mengganggu aktivitas sehari-hari, dan mengalami kesulitan untuk menjaga keseimbangan serta mobilitas berupa gangguan fungsi berjalan (Sudargo *et al*, 2021). Jika hal ini menunjukkan kemungkinan bahwa disaat terdapat perubahan pada postur maka juga akan berhubungan dengan fungsi berjalan, maka penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Hubungan Perubahan Postur Kifosis Terhadap Fungsi Berjalan *Walking Speed* Pada Lansia”.

B. Rumusan Masalah

“Adakah hubungan perubahan postur kifosis terhadap fungsi berjalan *walking speed* pada lansia?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan perubahan postur kifosis terhadap fungsi berjalan *walking speed* pada lansia.

2. Tujuan Khusus

Menganalisa hubungan perubahan postur kifosis terhadap fungsi berjalan *walking speed* pada lansia

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penulis

Diharapkan hasil skripsi ini dapat menjadi referensi untuk mengetahui hubungan perubahan postur kifosis terhadap fungsi berjalan pada lansia.

2. Bagi Instansi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Dapat memberikan manfaat di institusi pendidikan, khususnya bidang kesehatan untuk lebih mengembangkan dan mendalami

pengetahuan serta menyebarluaskan informasi mengenai hubungan postur kifosis terhadap fungsi berjalan pada lansia.

3. Bagi Ilmu Fisioterapi

Dapat memperluas pengetahuan dan informasi, serta meningkatkan profesionalitas tentang hubungan postur kifosis terhadap fungsi berjalan pada lansia.

4. Bagi Masyarakat

Dapat menjadi sumber ilmu dan menambah wawasan bagi masyarakat terkait hubungan perubahan postur kifosis terhadap fungsi berjalan pada lansia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Widiyantari <i>et al.</i> , (2023)	<i>Gait Pattern</i> Dengan <i>Risk Of Falling</i> Pada Lansia Di Desa Adat Jimbaran	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang saya lakukan yaitu sama sama menggunakan 10 <i>Meter Walk Test</i> untuk mengukur <i>Gait Pattern (Walking Speed)</i>	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang saya lakukan yaitu, Tempat penelitian, metode penelitian, dan sampel penelitian
2	Ira Prastiwi <i>et al.</i> , (2020)	Postur Kifosis Menyebabkan Gangguan Keseimbangan Statis Lansia.	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang saya lakukan yaitu sama sama menggunakan	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang saya lakukan yaitu, penelitian tersebut

			variabel bebas yaitu postur kifosis	menggunakan keseimbangan dinamis sebagai variabel terikat sedangkan saya menggunakan fungsi berjalan sebagai variabel terikat
3	Dewi <i>et al.</i> , (2023)	Derajat Kifosis Dengan Keseimbangan Statis Dan Dinamis Pada Lansia Di Banjar Blimbingsari, Desa Blimbingsari, Kecamatan Melaya, Kabupaten Jembrana	Penelitian kami sama-sama menggunakan postur kifosis sebagai variabel terikat	Penelitian tersebut menggunakan variabel bebas keseimbangan dinamis dan statis sedangkan penelitian saya menggunakan fungsi berjalan
4	Wijayani <i>et al.</i> , (2022)	Keseimbangan Dinamis dengan Kecepatan Berjalan pada Lansia di Banjar Celuk Buruan Gianyar	Penelitian kami sama-sama menggunakan metode penelitian <i>cross sectional</i> dengan jenis penelitian non ekperimen dan pengambilan sampelnya menggunakan teknik <i>Non Probability Sampling</i>	Tempat penelitian, waktu penelitian, dan sampel penelitian

5	Safarina <i>et al.</i> , (2023)	Analisis keterkaitan panjang langkah dan lebar langkah dengan kecepatan berjalan	Penelitian kami sama-sama menggunakan variabel kecepatan berjalan dan menggunakan rancangan penelitian <i>cross sectional</i>	Pada penelitian ini menggunakan obrservasional analitik, tempat dan juga sample yang diambil pada penelitian ini berbeda
---	------------------------------------	--	---	--
