

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Menua (menjadi tua) merupakan suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri. Proses menua dialami dengan bertambahnya usia pada manusia diikuti penurunan kemampuan pada perubahan fisiologi tubuh dan peningkatan terserang penyakit serta mengakibatkan kematian. Proses menua merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang di tandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan, ditandai dengan kegagalan seseorang individu untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis dan juga berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk kehidupan serta peningkatan kepekaan secara individual (Prabowo et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, populasi lansia di kawasan Asia penduduk berusia 60 tahun ke atas akan meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar. Pada tahun 2050, populasi penduduk berusia 60 tahun ke atas di dunia akan berlipat ganda (2,1 miliar). Jumlah penduduk berusia 80 tahun ke atas diperkirakan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 hingga mencapai 426 juta jiwa.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) 2023 melaporkan, persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 11,75% pada tahun 2023. Angka tersebut mengalami peningkatan 1,27% dibandingkan

dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48% pada tahun 2022. Seiring dengan meningkatnya persentase lansia, rasio ketergantungan mereka pun bertambah menjadi 17,08 pada tahun 2023. Adapun, 63,59% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60-69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 8,65% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas. Berdasarkan jenis kelaminnya, 52,28% lansia merupakan perempuan. Persentase itu lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki yang sebesar 47,72% (BPS, 2023)

Indonesia memiliki 38 provinsi dimana Yogyakarta menempati posisi pertama populasi lansia terbanyak dengan persentase 16,02% lansia, Jawa Timur sekitar 15,57%, Jawa Tengah 15,05%, Bali 13,97% dan Sumatera Barat 10,46% (BPS, 2023). Peningkatan jumlah lanjut usia menunjukkan bahwa harapan hidup lanjut usia pada penduduk Indonesia semakin tinggi dari tahun ketahun. Besarnya jumlah penduduk lansia menjadi beban jika lansia memiliki masalah penurunan Kesehatan yang berakibat pada peningkatan masalah Kesehatan lansia (Intani Putri, 2021).

Lanjut usia akan mengalami proses penuaan secara terus menerus dengan ditandai merurunnya daya tahan fisik sehingga rentan terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Hal tersebut disebabkan seiring meningkatnya usia terjadi perubahan dalam struktur tubuh, fungsi sel dan jaringan, serta sistem organ dengan bertambahnya umur. Fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan). Sehingga Lansia rentan terkena infeksi penyakit menular akibat menurunkan

daya tahan tubuh seperti Tuberkulosis, Diare, Pneumonia dan Hepatitis. Selain itu penyakit tidak menular banyak muncul pada usia lanjut diantaranya Stroke, Hipertensi, Diabetes Melitus, Dermatitis, Asam Urat dan Kolesterol (Siregar et al., 2020).

Stroke terjadi karena pembuluh darah yang membawa darah dan oksigen ke otak mengalami penyumbatan dan ruptur, kekurangan oksigen di otak menyebabkan iskemik otak, iskemik dalam waktu lama menyebabkan sel mati permanen dan berakibat terjadi infark otak yang disertai dengan edema otak karena pada daerah yang diinfark terjadi penurunan perfusi dan oksigen, serta peningkatan karbon dioksida dan asam laktat (Wahyuni Novianti et al., 2018).

Stroke merupakan penyebab utama kecacatan di seluruh dunia dan penyebab kematian kedua terbanyak. Global Stroke Factsheet yang dirilis pada tahun 2022 mengungkapkan bahwa risiko seumur hidup terkena stroke telah meningkat sebesar 50% selama 17 tahun terakhir dan kini diperkirakan 1 dari 4 orang akan mengalami stroke seumur hidup. Dari tahun 1990 hingga 2019, telah terjadi peningkatan sebesar 70% dalam insiden stroke, peningkatan sebesar 43% dalam kematian akibat stroke, peningkatan sebesar 102% dalam prevalensi stroke dan peningkatan sebesar 143% dalam Disability Adjusted Life Years (WHO, 2022).

Survey Kesehatan Indonesia (2023) melaporkan data prevalensi penderita stroke di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter menurut kelompok

angka usia kejadian stroke tertinggi mencapai (41,3%) pada usia >75 tahun dan (35,4%) pada usia 65-74 tahun. Menurut perbedaan jenis kelamin, rasio laki-laki lebih besar (8,8%) daripada Perempuan (7,9%) (Kemenkes, 2023).

Survey Kesehatan Indonesia (2023) melaporkan provinsi di Indonesia dengan kasus penderita stroke pada usia  $\geq 15$  tahun terbanyak yaitu Di Yogyakarta (11,4%), Sulawesi Utara (11,3%), DKI Jakarta (10,7%), Jawa Barat (10,1%), Kalimantan Timur (10,10%) dan Sumatera Barat berada di urutan ke-9 dengan prevalensi sebesar (8,8%) (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan fenomena stroke mengalami peningkatan setiap tahunnya. Dampak dari stroke iskemik memiliki gejala mengalami mati rasa atau kelemahan pada wajah, lengan atau kaki, terutama pada satu sisi tubuh, kemampuan memahami ucapan orang lain, kehilangan keseimbangan atau koordinasi tubuh, kemampuan berbicara kurang dan gangguan penglihatan pada satu atau kedua mata (Junaidi, 2018)

Pasien pasca stroke iskemik dapat mengalami gangguan keseimbangan tubuh yang mana jika tidak melakukan aktivitas atau latihan dapat menyebabkan kekakuan atau kematian jaringan dan gangguan aktivitas. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi atas dasar dukungan, biasanya ketika dalam posisi tegak. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan tubuh Ketika ditempatkan di berbagai posisi. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu terutama ketika saat posisi tegak.

Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan tubuh dalam posisi kesetimbangan maupun dalam keadaan statik atau dinamik serta menggunakan aktivitas otot yang minimal (Wahyuni Novianti et al., 2018)

Keseimbangan dibagi menjadi dua yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan tubuh untuk dapat menjaga keseimbangan tubuhnya pada suatu posisi diam misalnya saat berdiri. Keseimbangan dinamis adalah kemampuan tubuh untuk dapat menjaga keseimbangan tubuh pada saat bergerak misalnya saat berjalan (Ramadani et al., 2023)

Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan cara mengidentifikasi faktor penyebab stroke. Pencegahan yang dapat dilakukan pada pasien pasca stroke dengan melakukan rehabilitasi, pencegahan komplikasi, meningkatkan kualitas hidup, dan melakukan perubahan pola hidup yang sehat. Rehabilitasi pencegahan pasien pasca stroke yang dapat dilakukan dengan melakukan terapi gerak salah satunya latihan jalan tandem (Fitri Lina et al., 2023)

Jalan tandem merupakan suatu tes dan juga latihan yang dilakukan dengan cara berjalan dalam satu garis lurus dalam posisi tumit kaki menyentuh jari kaki yang lainnya sejauh 3 sampai 6 meter yang dilakukan selama 3 kali dalam seminggu dengan durasi 10 menit per hari. Latihan ini dapat meningkatkan keseimbangan postural bagian lateral, yang berperan dalam mengurangi resiko jatuh pada lansia. Merupakan salah satu dari jenis latihan keseimbangan (balance exercise) yang melibatkan proprioseptif terhadap

kestabilan tubuh. Dampak yang ditimbulkan yaitu kesulitan mengendalikan mood dan emosi yang bisa berubah secara mendadak saat Latihan keseimbangan (Ramadani et al., 2023)

Berdasarkan hasil penelitian Novianto (2023) mengatakan bahwa ada pengaruh latihan jalan tandem untuk meningkatkan keseimbangan pada lansia. Terdapat pengaruh diberikan latihan jalan tandem hasil pengukuran TUGT pada keadaan awal subjek penelitian sebelum diberikan perlakuan yaitu sebanyak 30 subjek dengan kriteria 1(mobilisasi bebas), 2 ( mobilisasi baik), 3 (mobilisasi tidak stabil), 4 (resiko jatuh) didapatkan hasil pengukuran TUGT 100% subjek memiliki hasil mobilisasi tidak stabil. Setelah diberikan latihan jalan tandem, hasil pengukuran TUGT pada keadaan setelah diberikan perlakuan di akhir pertemuan yaitu sebanyak 30 subjek didapatkan hasil pengukuran TUGT 60% memiliki hasil mobilisasi stabil dan 40 % memiliki mobilitas tidak stabil.

Berdasarkan hasil penelitian Liza (2021) mengatakan bahwa ada perbedaan efektifitas antara kedua intervensi, dimana latihan jalan tandem lebih efektif dibandingkan gaze stability exercise, karena latihan jalan tandem lebih dapat merangsang motoric tanpa memfokuskan pikiran responden. Selaras dengan penelitian Siregar (2022) mengatakan bahwa ada pengaruh latihan jalan tandem terhadap keseimbangan tubuh lansia untuk mengurangi resiko jatuh. Terdapat pengaruh setelah diberikannya latihan jalan tandem untuk keseimbangan sehingga menurunkan kejadian resiko jatuh, dimana

awalnya resiko jatuh sedang menjadi resiko jatuh ringan (Mualif & Wirawati, 2021).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 22 Juli 2024 di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin berdasarkan tanda dan gejala yang dapat dilihat seperti lansia mengalami mati rasa atau kelemahan pada wajah, lengan atau kaki, terutama pada salah satu sisi tubuh maupun satu sisi tubuh, kemampuan memahami ucapan orang lain berkurang, kehilangan keseimbangan atau koordinasi, kemampuan berbicara berkurang (pelo), gangguan penglihatan pada satu atau kedua mata. Didapatkan dari 110 lansia, 9 orang lansia yang mengalami stroke iskemik salah satunya Tn I, lansia tersebut mengalami stroke iskemik dengan kondisi hemiplegia tidak dapat menggerakkan atau lemah salah satu sisi tubuh saja. 2 orang lansia mengalami strok hemoragik dan lansia tersebut mengalami kelemahan otot pada bagian satu sisi tubuh dikenal dengan hemiparesis. Berdasarkan wawancara dengan 9 orang lansia yang mengalami stroke iskemik salah satunya Tn. I yang lemah salah satu sisi tubuh mengatakan sulit untuk menjaga keseimbangan tubuh dan belum mengetahui bagaimana cara melatih keseimbangan untuk mengurangi resiko jatuh pada lansia dengan cara latihan jalan tandem.

Berdasarkan uraian data diatas maka dilakukan “Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Intervensi Latihan Jalan Tandem untuk Keseimbangan pada Tn. I dengan Stroke di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024”

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan , maka dapat dirumuskan “Bagaimana Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Intervensi Latihan Jalan Tandem untuk Keseimbangan pada Tn. I dengan Stroke di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024”

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengaplikasikan ilmu Nala di memberikan Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Intervensi Latihan Jalan Tandem untuk Keseimbangan pada Tn. I dengan Stroke di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Tn. I Dengan Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien Stroke Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.
- b. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan pada Tn. I I Dengan Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien Stroke Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.
- c. Mampu melakukan rencana asuhan keperawatan pada Tn. I I Dengan Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.



- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan sesuai intervensi Tn. I Dengan Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien Stroke Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.
- e. Mampu melakukan evaluasi pada Tn. I Dengan Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien Stroke Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024



#### D. Manfaat Penulisan

##### 1. Bagi Penulis

Manfaat penelitian bagi peneliti adalah sebagai pengembangan, pengetahuan, dan menambah wawasan bagi peneliti dalam memberikan informasi tentang Asuhan Keperawatan Dengan Intervensi Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien dengan Stroke.

##### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat memberikan informasi baru atau data bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang berkaitan Asuhan Keperawatan Dengan Intervensi Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien dengan Stroke

##### 3. Bagi Bidang Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan dan informasi tentang Asuhan Keperawatan Dengan Intervensi Latihan Jalan Tandem Untuk Keseimbangan Pasien dengan Stroke.

