



# EDUKASI PENCEGAHAN JATUH BAGI PASIEN DAN KELUARGA



Unit Promosi Kesehatan Rumah Sakit  
RSUP Dr Sardjito

Jl. Kesehatan No 1 Sekip, Bulaksumur, Yogyakarta 55284  
Telp (0274) 587333; 631190 ext. 359  
Email : pkr.sardjitohospital@gmail.com

## Jatuh?

Jatuh dari ketinggian tertentu ke yang lebih rendah dan bukan merupakan kejadian yang direncanakan yang disebabkan oleh kondisi fisik maupun lingkungan sehingga dapat berdampak cedera pada pasien

### Penyebab Jatuh

- Kecelakaan/Faktor lingkungan ..... 31%
- Masalah keseimbangan ..... 17%
- Pusing/Vertigo ..... 13%
- Drop attack/sinkop ..... 10%
- Kebingungan/gangguan kognitif ..... 4%
- *Postural hypotension* ..... 3%
- Gangguan penglihat ..... 3%
- Lain-lain ..... 18%

### Faktor Resiko Jatuh

	Berhubungan dengan kondisi fisik (Faktor Intrinsik)	Berhubungan dengan lingkungan (Faktor Ekstrinsik)
Dapat Diantisipasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Riwayat pernah jatuh</li> <li>• Inkontinensia urin/sering buang air kecil</li> <li>• Status mental/gangguan kognitif</li> <li>• Masalah keseimbangan/kekuatan, mobilitasi</li> <li>• Usia &gt; 65 tahun</li> <li>• Penyakit kronis (diabetes, osteoporosis)</li> <li>• Gangguan neurologis (stroke, parkinson)</li> <li>• Masalah penglihatan/pendengaran</li> <li>• Masalah nutrisi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lingkungan (lantai basah, pencahayaan yang buruk, kabel/tali, benda benda di lantai)</li> <li>• Alas kaki yang tidak nyaman/sesuai</li> <li>• Roda pada tempat tidur/kursi</li> <li>• Dudukan toilet terlalu rendah</li> <li>• Posisi tempat tidur terlalu tinggi</li> </ul>
Tidak Dapat Diantisipasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kejang</li> <li>• Aritmia</li> <li>• Sinkope</li> <li>• Drop attack (tiba-tiba terjatuh, tanpa ada penurunan kesadaran)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reaksi terhadap efek samping/alergi obat</li> </ul>

## EDUKASI UNTUK PASIEN DAN KELUARGA Bagaimana Mencegah Jatuh?(Bagi Keluarga)

- Informasikan pada tenaga kesehatan (perawat) bila pasien pernah jatuh
- Pastikan bel mudah dijangkau pasien untuk menghubungi perawat saat membutuhkan bantuan.
- Dekatkan kebutuhan pasien sehingga mudah dijangkau oleh pasien.
- Pertahankan lingkungan yang bersih, aman dan lantai tidak licin.

### Apa Yang Anda Lakukan Bila Pasien Jatuh?

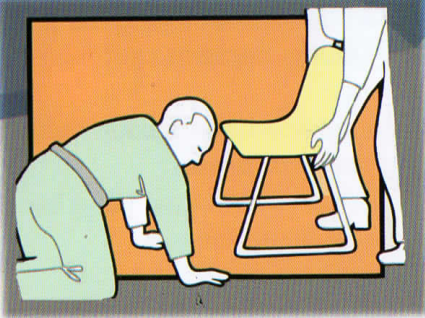
1. Jangan langsung menarik ataupun membangunkan pasien dari posisi jatuh
2. Tenangkan diri anda dan pasien
3. Panggil bantuan / tekan bel pasien (*nurse call*)
4. Periksa adanya cedera, bila ada cedera biarkan pasien pada posisi saat terjatuh, berikan bantal agar pasien merasa lebih nyaman



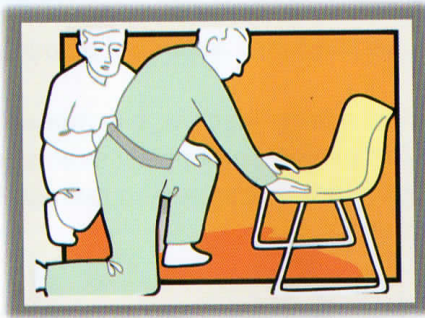


### Bila pasien tidak mengalami cedera dan mampu untuk berdiri

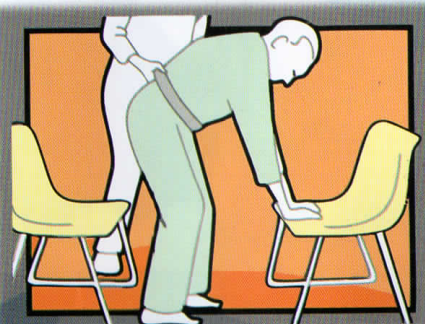
1. Ambil 2 buah kursi dan dekatkan kursi pada pasien
2. Berikan panduan ringan dan bantu pasien untuk berguling atau memiringkan badan ke sebelah kiri



3. Bantu pasien untuk berlutut (letakkan handuk dibawah lutut bila perlu) dan dekatkan satu kursi di depan pasien



4. Arahkan pasien untuk memindahkan salah satu kaki ke depan dan menapakkan kaki di lantai dan menggunakan kursi sebagai pegangan untuk berdiri perlahan



5. Dekatkan kursi di belakang pasien. Bantu pasien ketika berusaha berdiri dengan mengangkat /mendorong tubuhnya. Persilakan pasien untuk duduk

### Pasien Dengan Resiko Jatuh Tinggi

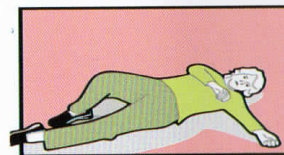
- Pasien akan memperoleh tanda resiko jatuh (segitiga) di tempat tidur, pintu, apabila score penilaian mencapai resiko tinggi
- Pasien akan memperoleh tanda resiko jatuh warna kuning pada gelang identitas
- Tanda resiko jatuh (segitiga) juga akan terpasang pada brankart/kursi roda saat pasien sedang dipindahkan dari ruang rawat ke ruangan lain untuk dilakukan tindakan/pemeriksaan

### Bagaimana Bila Terjatuh Saat Tidak Ada Orang Lain Disekitar Anda?

1. Usahakan tetap tenang, jangan panik, dan atur napas
2. "Panggil Bantuan"
3. Periksa kondisi tubuh ada cedera atau tidak
4. Bila terdapat tulang yang patah, pertahankan posisi

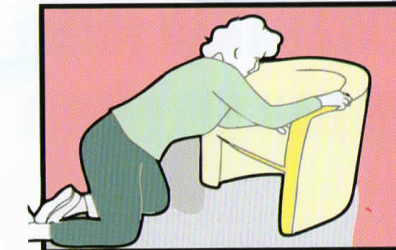
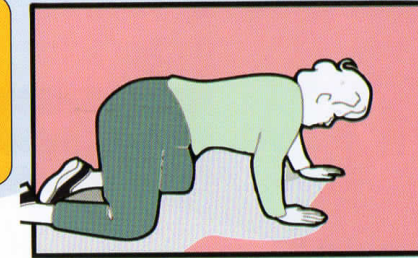
### Bila Tidak Terdapat Cedera Dan Merasa Mampu Untuk Berdiri

1. Cari benda yang kuat di sekitar tempat jatuh, misalnya kursi



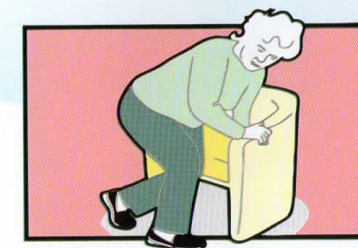
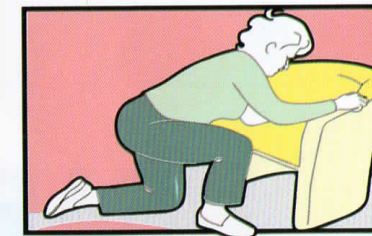
2. Berguling ke arah terdekat dengan kursi

3. Usahakan berjalan merangkak ke arah kursi



4. Letakkan kedua tangan di atas kursi, gunakan kursi sebagai pegangan

5. Letakkan salah satu kaki ke depan dan menapak ke lantai



6. Usahakan bangun dengan mendorong tubuh menggunakan kedua tangan dan kaki

7. Duduk dan beristirahat. Panggil bantuan dan tekan tombol "nurse call"

