



Modifikasi Penataan Perabot Kamar Lansia dalam Mendukung Keselamatan dan Kenyamanan Lansia di PSTW

Modification of Elderly Room Furniture Arrangement in Support of Elderly Safety and Comfort in PSTWs

Asrina Pitayanti^{1*}, Kartika², Priyoto³

¹⁻³Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun, Indonesia

Email : asrinapitayanti44@gmail.com¹, tikatara88@gmail.com²

Korespondensi penulis: asrinapitayanti44@gmail.com*

Article History:

Received: Mei 12, 2025;

Revised: Juni 18, 2025;

Accepted: Juli 07, 2025;

Published: Juli 08, 2025

Keywords: Elderly,

Modification, Room Furniture Arrangement.

Abstract: Adaptive environmental arrangements, particularly in elderly care facilities (PSTW - Panti Sosial Tresna Werdha, or Social Welfare Homes for the Elderly), need careful consideration due to the physical and cognitive decline experienced by elderly residents in their rooms. This issue indicates that suboptimal furniture arrangement in rooms can lead to a high incidence of risks such as falls, decreased comfort, and safety concerns. According to WHO data, falls are a leading cause of injury among the elderly. Therefore, a senior-friendly environment must be created, necessitating the identification and arrangement of furniture in elderly residents' rooms. Comfort is enhanced through the selection of ergonomic furniture and appropriate lighting levels. The safety of elderly individuals during mobilization is prioritized by eliminating hazards and ensuring obstacle-free pathways, supported by fall incident risk data and primary prevention principles. Increased provision of privacy and ensuring accessibility in emergencies aligns with crime prevention through environmental design practices. Furniture arrangement activities were carried out in elderly residents' rooms using observational tools and questionnaires administered to 29 elderly individuals. Based on the evaluation results from the questionnaires, it was found that 10 elderly individuals (34%) expressed dissatisfaction, while satisfaction increased to 23 elderly individuals (79%) after post-test measurements. Mentoring and implementing intelligent furniture arrangement modifications in PSTW are not merely about aesthetics; they also serve as nursing interventions aimed at creating a safe and comfortable environment for the elderly. This community service activity seeks to make elderly individuals more comfortable and secure in their daily activities.

Abstrak

Penataan lingkungan yang adaptif, khususnya di fasilitas perawatan PSTW perlu diperhatikan karena lansia yang berada dikamar wisma sudah mengalami penurunan fungsi fisik dan kognitif. Masalah ini menunjukkan bahwa penataan perabot kamar yang tidak optimal bisa berisiko pada tingginya insiden seperti jatuh, penurunan kenyamanan, dan isu keamanan. data WHO bahwa kejadian jatuh adalah penyebab utama cedera pada lansia, sementara itu lingkungan yang ramah lansia perlu diwujudkan sehingga perlu dilakukan identifikasi dan penataan perabotan dalam kamar lansia. Kenyamanan ditingkatkan melalui pemilihan perabot ergonomis dan tingkat pencahayaan. Keselamatan lansia dalam melakukan mobilisasi diutamakan dengan menghilangkan bahaya dan memastikan jalur bebas hambatan, didukung oleh data resiko insiden jatuh dan prinsip pencegahan primer. Peningkatan penyediaan privasi dan memastikan aksesibilitas dalam keadaan darurat, sejalan praktik pencegahan kejahatan melalui desain lingkungan. Kegiatan penataan perabotan dilaksanakan pada kamar lansia dan Menggunakan alat ukur berupa observasi dan juga kuesioner yang diberikan kepada lansia sebanyak 29 orang.

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner didapatkan bahwa lansia yang menyatakan kurang puas 10 lansia (34%) dan mengalami peningkatan kepuasan setelah dilakukan pengukuran post test sebanyak 23 lansia (79%). Pendampingan dan pelaksanaan modifikasi penataan perabot yang cerdas di PSTW tidak hanya estetika, namun sekaligus melakukan intervensi keperawatan dalam menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi lansia. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka membuat lansia lebih nyaman dan aman lansia untuk kegiatan sehari – hari.

Kata Kunci: Lansia, Modifikasi, Penataan Perabot Kamar.

1. PENDAHULUAN

Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami berbagai penurunan fungsi fisik dan kognitif yang memengaruhi kemampuan mereka dalam beraktivitas sehari-hari. Pusat Sosial Tresna Werdha merupakan lembaga yang berperan penting dalam memberikan pelayanan dan perawatan bagi lansia. Salah satu aspek yang sering luput dari perhatian adalah penataan perabot di kamar lansia, padahal hal ini memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup para lansia yang tinggal di wisma dan kamar. : Centers for Disease Control and Prevention (CDC) melaporkan bahwa setiap tahun, jutaan lansia (65 tahun ke atas) mengalami jatuh. Sekitar 1 dari 4 lansia jatuh setiap tahunnya. Jatuh adalah penyebab utama cedera fatal dan cedera non-fatal pada lansia (CDC, 2024).

Menurut data penelitian sebagian besar kecelakaan pada lansia, misalnya jatuh, seringkali terjadi di dalam rumah atau kamar tidur lansia. Lingkungan yang tidak aman dan tidak ergonomis dapat memperburuk kondisi ini. Perabot yang tidak sesuai tinggi, jarak antar perabot yang sempit, pencahayaan yang kurang memadai, serta penempatan barang-barang yang tidak strategis dapat menjadi pemicu utama insiden yang membahayakan. Misalnya, tempat tidur yang terlalu tinggi atau rendah dapat menyulitkan lansia untuk naik-turun, lemari dengan pintu yang berat atau rak yang tinggi dapat menyebabkan ketidakseimbangan, dan lantai yang licin atau karpet yang menggulung dapat menimbulkan bahaya tersandung. Permasalahan yang terjadi dalam keseharian lansia yang kompleks dikarenakan proses degenerasi yang terjadi secara menyeluruh yang dialami oleh lansia. Seseorang yang telah memasuki lanjut usia (lansia) akan mengalami penurunan kondisi fisik dan terdapat perubahan fisik yang ditandai dengan pendengaran yang kurang jelas, penglihatan yang semakin memburuk, penurunan kekuatan otot yang akan mengakibatkan gerakan-gerakan yang lambat, dan gerakan tubuh (Shalahuddin dkk., 2022). Gangguan keseimbangan merupakan penyebab utama yang sering mengakibatkan seorang lansia mudah jatuh (Shalahuddin et al., 2022).

Selain aspek keselamatan, kenyamanan lansia juga perlu menjadi prioritas. Kamar tidur merupakan ruang pribadi tempat lansia menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk beristirahat, tidur, dan melakukan aktivitas personal. Penataan perabot yang tidak nyaman, seperti kursi, meja yang terlalu rendah untuk membaca atau menulis, atau penempatan jendela yang menyebabkan silau, dapat menurunkan kualitas istirahat dan memicu rasa tidak nyaman fisik maupun psikologis. Hal ini dapat berdampak pada penurunan nafsu makan, gangguan tidur, bahkan depresi. kenyamanan dan keselamatan, aspek keamanan juga perlu diperhatikan. Upaya yang telah dilakukan oleh PSTW sebagaimana penataan perabot yang tepat secara signifikan meningkatkan kualitas hidup lansia. Peningkatan kenyamanan melalui pemilihan perabot ergonomis (misalnya, tinggi tempat tidur ideal, kursi bersandaran tinggi) dan pencahayaan yang sesuai, selaras dengan kebutuhan fisik dasar lansia. Keselamatan lansia diutamakan dengan menghilangkan bahaya fisik seperti lantai licin, kabel menjuntai dan memastikan jalur bebas hambatan, didukung oleh data adanya insiden jatuh dan upaya perawat dalam memberikan pencegahan primer risiko jatuh. Perlunya juga peningkatan keamanan melalui penyediaan privasi berupa pemasangan gordena, atau sekat dan memastikan akses lansia bila dalam keadaan darurat, sejalan pencapaian kebutuhan akan rasa aman dan praktik pencegahan resiko jatuh melalui desain lingkungan. Jatuh dapat menyebabkan patah tulang (terutama pinggul, lengan, dan pergelangan tangan), cedera kepala, dan membatasi mobilitas. Ketakutan akan jatuh juga dapat mengurangi aktivitas fisik, yang justru memperburuk kondisi fisik dan sosial lansia (National Institute on Aging, 2023).

Penataan perabotan kamar lansia yang buruk dapat menyulitkan akses dalam mobilitas sehari-hari, misalnya melakukan kegiatan dalam pemenuhan kebutuhan atau berpindah tempat dari posisi yang diinginkan lansia. Proses penuaan alami menyebabkan penurunan penglihatan, pendengaran, keseimbangan, kekuatan otot, dan kelenturan sendi. Perubahan ini meningkatkan kerentanan terhadap kecelakaan di lingkungan rumah (World Health Organization, 2021). Selain itu, penataan yang tidak mempertimbangkan privasi lansia juga dapat menimbulkan rasa tidak aman. Sebagai contoh, penempatan perabot yang membuat area kamar terlihat terlalu terbuka atau penempatan cermin yang tidak tepat dapat mengganggu privasi penghuni.

2. PELAKSANAAN DAN METODE

a. Survey lokasi, sasaran dan sosialisasi

kegiatan pengabdian masyarakat disiapkan oleh tim pelaksana dosen dan mahasiswa. Pemilihan penghuni kamar wisma yang dijadikan sebagai responden sehingga pelaksanaan langsung dilakukan penataan perabot dikamar yang memiliki kriteria masih berantakan dan tidak ergonomis. Kegiatan ini dilakukan bertepatan dengan praktek ners mahasiswa stase keperawatan gerontic.

b. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan diawali dengan melakukan identifikasi masalah yang ditemukan mahasiswa yang berada di PSTW setelah observasi kamar lansia dan mendapat persetujuan pihak PSTW mahasiswa keperawatan dan dosen segera melakukan bedah kamar dan menata ulang seluruh perabot yang ada di kamar lansia teridentifikasi 29 lansia yang kamarnya penuh dengan barang – barang yang tidak semestinya. Untuk pengukuran tingkat kepuasan dalam kegiatan penataan perabot lansia yang kamarnya ditata diwajibkan bisa mengisi kuesioner. Pemberian lingkungan yang nyaman dan aman dengan salah satunya menata perabotan kamar dapat dianjurkan secara mandiri dengan memperhatikan keamanan dan manfaat dari barang – barang lansia.

- 1) Pelaksanaan pre menggunakan kuesioner kepuasan terhadap penataan perabot kamar lansia. Pertama kami memberikan kuesioner dan diisi oleh lansia. Alat ini untuk mengkaji kepuasan lansia dengan menggunakan Skala Likert menggunakan skor.
- 2) Pelaksanaan modifikasi Penataan perabot kamar lansia

Sebelum dilakukan penataan perabot kamar lansia dilakukan pemberian penjelasan atau edukasi pentingnya kenyamanan dan keselamatan lansia didalam kamar. Kemudian segera memberikan bantuan dalam menata kamar terutama pada penataan perabotan yang ada didalam kamar lansia. Lansia juga diharapkan ikut berkontribusi dalam kegiatan tersebut sesuai dengan kemampuan masing – masing.

- 3) Evaluasi kegiatan dan pelaksanaan post test pengukuran kuesioner kepuasan terhadap penataan perabotan kamar

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan kuesioner kepuasan lansia terhadap penataan perabotan kamarnya. Observasi Perilaku lansia dengan: menanyakan apakah lansia menghabiskan lebih banyak waktu di kamar mereka untuk beraktivitas santai membaca, beristirahat, yang mengindikasikan rasa nyaman.

3. HASIL DAN PEMBAHASAAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di PSTW. Hasil evaluasi dari pre tes dan pos tes kuesioner kepuasan lansia terhadap penataan perabotan kamar yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat. Tim terdiri dari dosen dan mahasiswa. Hasil evaluasi awal ditampilkan dalam bentuk tabel dibawah.

Tabel 1. Skala kepuasan sebelum penataan perabotan kamar lansia

Keterangan	Jumlah	Prosentase
Sangat Puas	8	28
Cukup Puas	11	38
Kurang Puas	10	34
Total	29	100

Hasil di atas menunjukkan lebih dari separuh lansia menyatakan cukup puas (38%) sedangkan yang kurang puas ada 10 orang lansia (34 %) dan sebagian kecil 8 orang lansia (28%) mengatakan sangat puas.

Faktor internal meliputi usia, riwayat jatuh sebelumnya, keterbatasan fungsional, penggunaan alat bantu berjalan atau alat bantu, gangguan kognitif atau demensia, berkurangnya mobilitas atau tingkat aktivitas rendah, status depresi dan gangguan keseimbangan. Berbagai faktor internal pada lansia yang berhubungan dengan resiko jatuh merupakan proses degenerasi yang berjalan alami dan tidak banyak yang bisa dilakukan untuk menghindarinya. Sedangkan faktor eksternal meliputi pencahayaan ruangan, penataan perabotan ruangan, penataan ruangan barang kebutuhan sehari hari, lantai kamar mandi yang licin, penggunaan alat bantu jalan. Lingkungan memiliki pengaruh besar pada keamanan sehari-hari (Pynoos, 2010), apalagi bagi lansia yang secara fisiologis telah mengalami banyak proses penurunan fungsi. penuaan dikaitkan dengan peningkatan kerusakan molekuler dan seluler secara bertahap, yang menyebabkan penurunan kemampuan fungsional (WHO, 2015) Hal ini bermanifestasi sebagai berkurangnya massa dan kekuatan otot, penglihatan, pendengaran, dan kognisi, serta berkurangnya kepadatan tulang. Penurunan kemampuan fungsional juga berkontribusi terhadap tingginya kejadian jatuh pada lansia. Penurunan ini mencakup kapasitas intrinsik individu dan multimorbiditas ekstrinsik, serta kelemahan (Vellas, 2017).

Tabel 2. Skala kepuasan setelah penataan perabotan kamar Lansia

Keterangan	Jumlah	Prosentase
Sangat Puas	23	79
Cukup Puas	4	14
Kurang Puas	2	7
Total	29	100

Hasil di atas menunjukkan Evaluasi pengukuran kepuasan lansia terhadap penataan perabotan di kamar meningkat dari pada sebelumnya. Penataan perabot kamar menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung kualitas hidup lansia, karena ruangan yang tertata dengan baik dapat mencegah risiko kecelakaan seperti terjatuh serta meningkatkan kemandirian dalam beraktivitas sehari-hari. Furnitur yang ergonomis dan stabil, seperti tempat tidur dengan ketinggian ideal (63-91 cm), serta perabot tanpa sudut tajam, sangat membantu mengurangi cedera (Handayani, 2021). Oleh karena itu, pengetahuan mengenai prinsip penataan perabot kamar sangat penting, tidak hanya bagi keluarga yang merawat lansia, tetapi juga bagi tenaga kesehatan dan masyarakat umum. Kegiatan pengabdian masyarakat yang tim kami lakukan merupakan upaya untuk menurunkan resiko jatuh pada lansia dengan upaya modifikasi lingkungan sehingga lingkungan lebih aman. Lingkungan tempat tinggal memiliki andil besar dalam menentukan keselamatan lansia (Widowati, 2022)

Penurunan ketajaman penglihatan dan adaptasi gelap pada lansia (CDC, 2024). Desain Universal menekankan pentingnya pencahayaan yang seragam dan memadai. Pencahayaan Merata: Pastikan setiap area memiliki pencahayaan yang cukup, tanpa area gelap atau bayangan yang dapat membingungkan. Lampu Malam/Sensor Gerak: Pasang lampu malam di lorong, kamar mandi, dan kamar tidur. Lampu dengan sensor gerak sangat membantu untuk perjalanan ke kamar mandi di malam hari. Pencahayaan Tugas: Sediakan pencahayaan tambahan di area membaca atau melakukan aktivitas lain yang membutuhkan detail. Penurunan kekuatan otot dan keseimbangan meningkatkan kebutuhan akan dukungan fisik. Desain Universal mengutamakan aksesibilitas. Kamar Mandi: Pasang pegangan di dekat toilet. Pastikan ada pegangan tangan yang kokoh di kedua sisi tangga. Perabotan Stabil: Pilih kursi atau sofa dengan sandaran tangan yang kokoh yang dapat digunakan sebagai penopang saat bangkit atau duduk.

4. KESIMPULAN

Modifikasi Penataan perabot kamar lansia di PSTW penting diperhatikan untuk meningkatkan kenyamanan, keselamatan, dan keamanan penghuni. Dengan menerapkan prinsip-prinsip desain lingkungan ramah lansia, memperhatikan ergonomi, dan memprioritaskan pengurangan risiko jatuh, PSTW dapat menciptakan lingkungan yang tidak hanya berfungsi secara optimal, tetapi juga menumbuhkan rasa martabat dan kesejahteraan bagi setiap lansia yang dilayani. Pendekatan holistik yang melibatkan fakta ilmiah, teori yang relevan, dan opini

praktis akan memastikan keberhasilan implementasi ini, menjadikan PSTW sebagai contoh nyata fasilitas perawatan lansia yang sangat memadai.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada seluruh pihak yang terlibat dalam membantu terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat. Terimakasih kepada bapak kepala PSTW, semua pendamping lansia di PSTW yang telah menyediakan tempat dan fasilitas, dan sudah berkenan meluangkan waktunya untuk mengikuti kegiatan, sehingga dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Centers for Disease Control and Prevention. (2024). *Facts about falls*. <https://www.cdc.gov/falls>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). *Data dan statistik kesehatan lansia*. (Perlu merujuk publikasi atau laporan spesifik untuk kutipan angka insiden yang akurat).
- National Institute on Aging. (2023). *Falls and older adults*. <https://www.nia.nih.gov/health/falls-and-older-adults>
- Shalahuddin, I., Maulana, I., Eriyani, T., & Nurrahmawati, D. (2022). Latihan fisik untuk menurunkan risiko jatuh pada lansia: Literatur review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 10, (tidak ada nomor halaman). Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Vellas, B., & Sourdet, S. (2017). Prevention of frailty in aging. *The Journal of Frailty & Aging*, 6(4), 174–177. <https://doi.org/10.14283/jfa.2017.42>
- Widowati, D. T., Susiana, N., & Adawiyah, A. R. (2022). Hubungan faktor risiko lingkungan rumah dengan kejadian jatuh pada lansia di Kota Bandung tahun 2022. *Jurnal Untuk World Health Organization*, (vol & halaman tidak tersedia, perlu dilengkapi jika tersedia).
- World Health Organization. (2007). *WHO global report on falls prevention in older age*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization.
- Zhou, H., Peng, K., Tiedemann, A., Ji, P., & Sherrington, C. (2019). Risk factors for falls among older community dwellers in Shenzhen, China. *Injury Prevention*, 25(1), 31–35. <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2017-042597>