



DPK PPNI FIK UMSBY

## Jurnal Keperawatan Muhammadiyah

Alamat Website: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>



### Hubungan Pengalaman Jatuh Sebelumnya Dengan Takut Jatuh Pada Lansia Di Panti Werdha Surabaya

Anastasia Putu Martha Anggarani<sup>1</sup>, Raditya Kurniawan Djoar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Fisioterapi, STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup>Prodi Keperawatan STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya, Indonesia

---

#### INFORMASI

Korespondensi:  
anastasiamartha@yahoo.  
co.id

#### ABSTRACT

*Objective: To analyze the relationship of previous fall experiences with the incident of fear of falling in the elderly living in Panti Werdha Surabaya.*

*Methods: This research design is analytic observational with cross sectional approach.*

*Results: Involving 155 elderly living in Panti Werdha Surabaya. Sampling technique using proportional random sampling method. Existing data were analyzed using Conting Test with significant level of 0.05. The statistical test results obtained results have a previous experience relationship fall with the fear of falling with a correlation value of 0.374 with a significant level of 0.000 ( $p < 0.05$ )*

*Conclusion: previous fall experiences have a very meaningful relationship with the fear of falling elderly at Panti Werdha Surabaya.*

#### Keywords:

history of falls, fear of  
falling

---

## PENDAHULUAN

Kejadian takut jatuh mendapatkan peningkatan perhatian oleh bagian kesehatan masyarakat dalam dua dekade terakhir (Lach, 2005). Menurut penelitian para ahli sekitar 26%-55% lansia yang tinggal di masyarakat mengalami takut jatuh, dan 40%-73% lansia yang pernah jatuh ternyata mengalami takut jatuh. Pada lansia, takut jatuh merupakan ketakutan yang terbesar yaitu sekitar 47% (Howland, 1998). Pada salah satu studi yang dilakukan pada 1000 wanita selama lebih dari 3 tahun, lebih dari sepertiga dari sampel dilaporkan mengalami takut jatuh dan mengalami peningkatan sebanyak 45% setelah 3 tahun (Lach, 2005).

Dalam banyak hal, takut jatuh berpotensi menimbulkan bahaya. Takut jatuh merupakan kekhawatiran jatuh yang berlebihan, hal tersebut mengakibatkan adanya pembatasan interaksi sosial, menimbulkan kecemasan dan pembatasan gerak saat melakukan aktivitas fungsional. Takut jatuh akan menghambat kualitas hidup lansia dan meningkatkan risiko jatuh melalui pengurangan aktivitas fisik, kepercayaan diri, kekuatan dan keseimbangan. Takut jatuh akan mengakibatkan kontrol keseimbangan berkurang dan pengurangan kepercayaan diri untuk mencegah jatuh, hal tersebut yang akan semakin meningkatkan kejadian jatuh pada lansia (Canada, 2005). Bila disimpulkan, dampak adanya peningkatan angka takut jatuh adalah adanya penurunan kemandirian lansia dalam beraktivitas sehari-hari, penurunan kualitas hidup lansia dan penurunan interaksi social (Alice Scheffer, 2008)

Salah satu faktor risiko kejadian takut jatuh adalah pengalaman jatuh yang dialami sebelumnya. Beberapa penelitian menunjukkan hubungan yang positif antara dua hal tersebut. Seseorang yang pernah mengalami jatuh akan meningkatkan rasa takut jatuh (Jung, 2008). Lansia yang pernah jatuh cenderung juga lebih sulit menjaga keseimbangannya saat mereka melakukan aktivitas fungsionalnya karena takut jatuh (Kumar, 2008). Melihat data yang diperoleh oleh peneliti maka peneliti berpendapat penting dapat menganalisa hubungan pengalaman jatuh sebelumnya dengan kejadian takut jatuh pada lansia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengalaman jatuh sebelumnya dengan kejadian takut jatuh pada lansia yang tinggal di Panti Werdha Surabaya.

## METODE

Peneliti menggunakan desain penelitian yaitu observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Tempat penelitian ini dilakukan di di panti Wredha di Surabaya di Kecamatan Wonocolo, Genteng, Sambikereb, Rungkut dan Dukuh Pakis di Panti Wredha St.Yosef, Panti Wredha Surya, Panti Wredha Usia Surabaya, Panti Wredha Yayasan Cinta Kasih Ibu Teresa, Panti Wredha Griya Wredha, dan Panti Wredha Anugerah. Sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 155 lansia berusia  $\geq 60$  tahun, bisa berkomunikasi dengan baik, bisa membaca dan menulis dan yang bersedia menjadi sampel, yang diambil dengan menggunakan teknik *Proportional random sampling*.

Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari Kuesioner. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data penelitian pengalaman jatuh sebelumnya dan tingkat rasa takut jatuh yang dialami lansia. Uji validitas dan reliabilitas instrumen dalam penelitian ini dilakukan di Panti Werdha Bhakti Luhur, Tropodo dengan jumlah responden 30 lansia. Content validity digunakan dalam uji validitas ini. Hasil koreksi konten kuesioner para ahli dihitung dengan hasil *Item content validity (I-CVI)* pada rentang 0,857 – 1 (nilai valid  $> 0,78$ ), Sedangkan untuk *Sum-Content Validity Index (S-CVI)* didapatkan hasil 0,93 (nilai valid  $> 0,9$ ). Dengan demikian konten kuesioner dinyatakan valid. Reliabilitas indeks yang menunjukkan sejauh mana kepercayaan, keandalan dan konsisten di suatu alat ukur yang digunakan dalam penelitian, dan harus dilakukan suatu uji. Pengujian ini dilakukan menggunakan aplikasi SPSS versi 16 dengan teknik alpha (cronbach's) dan didapatkan hasil 0,948 sehinggandinyatakan kuesioner ini reliabel untuk digunakan. Uji analisis dalam penelitian ini adalah karakteristik responden disajikan dalam bentuk prosentase. Analisis korelasi menggunakan uji *Contingency Coefficient* dan menggunakan uji multivariat regresi logistik binomial. Uji ini bertujuan untuk mengetahui prediktor kuat variabel bebas terhadap variabel terikat.

## HASIL

Distribusi responden menurut tabel 1 menggambarkan bahwa 58,1% responden mempunyai pengalaman jatuh sebelumnya dan sebagian responden yaitu sebanyak 49,7% responden mengalami kekhawatiran yang tinggi akan jatuh.

Tabel 1. Distribusi Responden

Variabel	Sub Grup	Total n= 155
		Mean±SD/n(%)
Pengalaman Jatuh Sebelumnya	Pernah	90 (58,1%)
	Tidak Pernah	65 (41,9%)
Takut Jatuh		29,03±11,3
	Kekhawatiran rendah	43 (22,7%)
	Kekhawatiran sedang	35 (22,6%)
	Kekhawatiran tinggi	77 (49,7%)

Tabel 2 Analisis Hubungan Pengalaman Jatuh Sebelumnya dengan Takut Jatuh

	Takut Jatuh	
	C	p
Pengalaman Jatuh Sebelumnya	0,374	0,000

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengalaman jatuh sebelumnya mempunyai hubungan dengan takut jatuh karena  $p < 0,05$  ( $H_0$  diterima). Kekuatan hubungan variabel pengalaman jatuh sebelumnya, bersifat sedang karena nilai C : 0,25-0,5. Uji multivariat dalam penelitian ini menggunakan uji regresi logistik binomial. Uji ini dilakukan karena hasil uji korelasi bersifat tidak berhubungan kuat dan peneliti berasumsi masih ada variabel lain yang berhubungan dengan takut jatuh tetapi tidak diteliti pada penelitian ini. Takut jatuh dalam hal ini mempunyai 2 kategori yaitu kekhawatiran rendah-sedang dan kekhawatiran tinggi. Hasil uji statistik tersebut dapat dilihat dalam tabel di bawah ini :

Tabel 5.4 Hasil Analisis Regresi Logistik Binomial

	B	Sig.
Riw.jatuh sebelumnya	1,423	0,000

Uji analisis regresi logistik menunjukkan hasil signifikansi  $p=0,000$  dengan arah positif yang ditunjukkan dengan nilai  $B=1,423$

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian di lapangan didapatkan sebagian be-

sar lansia yang mempunyai pengalaman jatuh sebelumnya dan memiliki kekhawatiran yang tinggi akan jatuh. Penelitian ini menunjukkan hasil 58,1% responden mempunyai pengalaman jatuh sebelumnya. Hasil analisis korelasi  $p=0,000$   $r=0,374$  yang menunjukkan bahwa pengalaman jatuh sebelumnya mempunyai hubungan dengan kekuatan hubungan bersifat sedang. Uji analisis regresi logistik menunjukkan hasil signifikansi  $p=0,000$  dengan arah positif yang ditunjukkan dengan nilai  $B=1,423$ . Hal tersebut menggambarkan bahwa pengalaman jatuh sebelumnya merupakan prediktor kuat untuk memprediksi kejadian takut jatuh pada lansia. Penelitian ini sesuai dengan penelitian lain dengan responden lansia juga melaporkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara pengalaman jatuh sebelumnya dengan takut jatuh. Penelitian yang dilakukan Lopes pada 253 di Diamantina State of Minas Gerais, Brazil menunjukkan hasil 90,48% mengalami takut jatuh. Mayoritas lansia (54,42%) mempunyai pengalaman jatuh sebelumnya dan dari yang memiliki pengalaman jatuh sebelumnya, 96,25% mengalami takut jatuh (Lopes, 2009). Hal tersebut sesuai dengan teori bahwa seseorang yang sering mengalami jatuh akan meningkatkan angka kejadian takut jatuh (Jung, 2008). Takut jatuh dapat dideskripsikan tergantung dengan pengalaman akan jatuh sebelumnya (Narinder Kaur Multani, 2007). Kejadian jatuh yang menimbulkan cedera serius lebih meningkatkan rasa takut jatuh (Salked, 2000). Lansia yang pernah mengalami jatuh sebelumnya tidak hanya berdampak pada kondisi fisiknya tetapi berdampak pada kondisi psikologis di mana mereka akan merasa trauma dengan kejadian yang tidak menyenangkan tersebut dan takut untuk jatuh lagi ketika mereka melakukan aktivitas. Kondisi ini akan memberikan dampak kepercayaan dirinya saat melakukan aktivitas atau mengalami fobia atau fobia jatuh dan berakibat pada penurunan aktivitas sosial. Lansia yang pernah jatuh cenderung juga lebih sulit menjaga keseimbangannya saat mereka melakukan aktivitas fungsionalnya karena takut jatuh.

Penelitian ini mempunyai hasil bahwa terdapat 23,38% responden yang tidak pernah jatuh tetapi mengalami kekhawatiran tinggi akan jatuh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lopes sebelumnya dimana kejadian takut jatuh terjadi sebesar 12%-65% pada lansia mandiri yang tinggal di masyarakat dan tidak mempunyai pengalaman jatuh sebelumnya dengan nilai hubungan  $r=0,54069$  (Lopes,

2009). Kondisi tersebut dapat terjadi disebabkan karena takut jatuh merupakan kejadian multifaktorial sehingga tidak hanya pengalaman jatuh sebelumnya yang dapat menyebabkan takut jatuh. Seperti pada teori yang mengatakan bahwa ada beberapa penyebab takut jatuh yaitu usia diatas 80 tahun, jenis kelamin perempuan, depresi, mobilitas yang buruk, kepuasan hidup yang menurun, rendahnya laporan kesehatan, obesitas, penggunaan alat bantu jalan, ketidakstabilan saat berjalan, kecemasan, minimnya kontak social, penurunan kualitas hidup dan aktivitas fisik, gangguan keseimbangan dan pola jalan (Jette, 2012). Lansia yang tidak memiliki pengalaman jatuh sebelumnya dapat mengalami takut jatuh. Ketakutan ini bisa menjadi pelindung agar lebih berhati-hati untuk menghindari risiko jatuh, tetapi juga dapat menjadi risiko ketika sudah mengakibatkan keterbatasan dan kurangnya kepercayaan diri saat melakukan aktivitas. Pengalaman jatuh sebelumnya merupakan salah satu faktor biologis terjadinya takut jatuh. Untuk menentukan intervensi yang tepat pada faktor risiko ini maka diperlukan pemeriksaan yang terdiri dari jenis aktivitas, waktu terjadi jatuh, frekuensi jatuh, cedera yang dialami dan gejala pada saat jatuh. Apabila lansia mempunyai pengalaman jatuh karena penyebab lingkungan yang tidak aman bagi lansia untuk berjalan, maka intervensi yang tepat adalah merubah lingkungan agar aman bagi lansia, misalnya: memberi pegangan disetiap lorong yang digunakan lansia berjalan supaya lansia tetap percaya diri untuk tidak jatuh. Intervensi yang dapat dilakukan pada lansia dengan pengalaman jatuh sebelumnya yaitu mencoba untuk tetap aktif, selalu berpikir positif, menjaga diri sendiri dan melakukan latihan rileksasi (Narjes Nick, 2013).

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah pengalaman jatuh sebelumnya memiliki hubungan yang sangat bermakna dengan takut jatuh pada lansia.

## SARAN

Masih banyak faktor risiko yang menyebabkan jatuh sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor risiko jatuh. Untuk menentukan intervensi yang tepat pada faktor risiko pengalaman jatuh sebelumnya pada lansia yang akan menyebabkan rasa takut jatuh maka diperlukan pemeriksaan yang terdiri dari jenis aktivitas, waktu terjadi jatuh, frekuensi

jatuh, cedera yang dialami dan gejala pada saat jatuh adar kejadian takut jatuh dapat diminimalisir yang berakibat pada minimalnya kejadian jatuh pada lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alice Scheffer, M. S. (2008). Fear of falling: measurement strategy, prevalence, risk factors and consequences, among older persons. *Age and Ageing* , 19-24.
- Canada, D. o. (2005). *Report on Seniors' falls in Canada*. Ontario: Minister of Public Works and Government Services Canada.
- Howland. (1998). Covariates of Fear of Falling and Associated Activity Curtailment. *Gerontologist* , 38.
- Jette, A. (2012). *Fear of Falling in Older Persons*. Netherlands: Springer.
- Jung, D. (2008). Fear of Falling in Older Adults:- Comprehensive Review. *Asian Nursing Research* , 214-222.
- Kumar, S. (2008). Relationship Between Fear of Falling, Balance Impairment and Functional Mobility in Community Dwelling Elderly. *IJPMR* , 48-52.
- Lach, H. (2005). Incidence and Risk Factors for Developing Fear of Falling in Older Adults. *Public Health Nursing* , 45-52.
- Lopes, C. S. (2009). Prevalence of fear of falling among a population of older adults and its correlation with mobility, dynamic balance, risk and history of falls. *Revista Brasileira de Fisioterapia* , 223-229.
- Narinder Kaur Multani, S. K. (2007). *Principles of Geriatric Physiotherapy*. New Delhi: Jaypee Brothers Medical Publishers.
- Narjes Nick, I. J. (2013). Educational Intervention for Reducing the Fear of Falling and Improving Balance in the Elderly: A Single Blind Randomized Controlled Trial. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery* , 208-216.
- Salked, G. (2000). Quality of Life Related to Fear of Falling and Hip Fracture in Older Women: A Time Trade off Study. *British Medical Journal* , 341-346.