



**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF FALLING* DENGAN
AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DI PANTI JOMPO
“HAJAH ANDI HASMAH NOOR”**

KARYA TULIS ILMIAH

INEZ DEVIANTIKA

2010702016

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2023



**HUBUNGAN ANTARA *FEAR OF FALLING* DENGAN
AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DI PANTI JOMPO
“HAJJAH ANDI HASMAH NOOR”**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

INEZ DEVIANTIKA

2010702016

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas KTI ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Inez Deviantika

NIM : 2010702016

Tanggal : 5 Mei 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 5 Mei 2023

Yang menyatakan



(Inez Deviantika)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KTI/TA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Inez deviantika
NIM : 2010702016
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Antara *Fear of Falling* dengan Aktivitas Fisik pada lansia di Panti Jompo Hajjah Andi Hasmah Noor

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan , mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan KTI saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 5 Mei 2023

Yang menyatakan,




Inez Deviantika

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

Nama : Inez Deviantika
NIM : 2010702016
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul : Hubungan Antara *Fear of Falling* dengan Aktivitas Fisik pada lansia di Panti Jompo Hajjah Andi Hasmah Noor

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Pogram Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Ika Fitri Wulan Dhari, SST.FT., M.Erg

Ketua Penguji


Andy Sirada, S.S.T., M.Fis., AIFO

Penguji I


Farahdina Bachriah, S.Ft, Physio, M.Sc, AIFO

Penguji II (Pembimbing)


Desmawati, SKp., M.Keps, Sp.Mat., PhD

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Rena Mailani, S.Ft, M.Biomed, AIFO.

Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 05 Mei 2023

HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN *FEAR OF FALLING* PADA LANSIA DI PANTI JOMPO “HAJJAH ANDI HASMAH NOOR”

Inez Deviantika

Abstrak

Latar Belakang: Pada lansia, perubahan fisik mempengaruhi proses aktivitas fisiknya. salah satu faktor yang mempengaruhi terhambatnya aktivitas fisik ialah rasa takut jatuh. Rasa takut jatuh timbul dari pengalaman yang dirasakan lansia. Lansia akan menghindari aktivitas yang menimbulkan risiko jatuh bagi dirinya. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan aktivitas fisik dan *fear of falling* pada lansia. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan pendekatan korelasi. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Physical Activities Scale For Elderly (PASE-I)* dan *Modified Falls Efficacy Indonesian Scale (FES-I)*. **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian pada 30 lansia, didapati 14 lansia (46,7%) mengalami kekhawatiran akan jatuh yang tinggi. Perolehan nilai uji *Fisher* korelasi menunjukkan nilai $p=0,03$ atau $p<0,05$ sehingga hubungan kedua variabel yaitu *fear of falling* dengan aktivitas fisik cukup berarti. **Kesimpulan:** Pada penelitian ini didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara *fear of falling* dengan aktivitas fisik pada lansia di Panti Jompo Hajjah Andi Hasmah Noor.

Kata kunci: aktivitas fisik; *fear of falling*; lansia; risiko jatuh

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND FEAR OF FALLING IN ELDERLY AT “HAJJAH ANDI HASMAH NOOR” NURSING HOME

Inez Deviantika

Abstract

Background: In elderly, physical changes can affect the process of physical activity. One of the factors that affect the inhibition of physical activity is the fear of falling. The fear of falling arises from the experience felt by the elderly, they will avoid activities that pose a risk of falling for themselves. In another study conducted over 155 elderly, 77 elderly (49.7%) were found to have a high level of fear of falling and 102 elderly (65.8%) had a high risk of falling. Based on the explanations that have been presented, the authors are interested in researchs "The Relationship between Physical Activity and Fear of Falling inelderly at hajjah andi hasmah noor nursing home". **Purpose:** the aim of this study was to determine the relationship between physical activity and fear of falling in elderly. **Method:** The research method used is cross sectional with correlative approach. The paramater used the Physical Activities Scale For Elderly (PASE-I) and Modified Falls Efficacy Indonesian Scale (FES-I) measuring instruments. **Results:** Based on the results of a study of 30 elderly, 14 elderly (46.7%) experienced high anxiety about falling. The acquisition of the Chi-Square correlation test value showed $p = 0,03$ or $p=0,05$ so that the relationship between the two variables, namely fear of falling and physical activity, was significant. **Conclusion:** In this study, there was a significance relationship between fear of falling and physical activity in the elderly at the hajjah andi hasmah noor nursing home.

Keywords: physical activity; fear of falling; elderly; risk of falling

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya tulis ilmiah ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan Februari tahun 2023 ini adalah “Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan *Fear of Falling* pada lansia di Panti Jompo Hajjah Andi Hasmah Noor”. Yang terhormat ibu Farahdina Bachtiar, S.Ft., Physio., M.Sc., AIFO selaku Kepala Jurusan Program Fisioterapi sekaligus selaku dosen pembimbing, peneliti ucapkan terima kasih atas segala saran dan arahan selama proses penyusunan penelitian ini. Yang terhormat kepada Anastasia Putu Martha yang secara sukarela memberikan sedikit ilmu nya untuk menjadi dasar penelitian ini. Serta kepada seluruh dosen dan staff Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga yang ikut mendidik serta mengarahkan penulis hingga saat ini.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada orangtua penulis yaitu Papa saya Karso dan Mama saya Tika Haryanti yang sampai saat ini terus mendukung, mendoakan dan menjadi alasan penulis untuk semangat. Tidak lupa kepada teman-teman penulis yang ikut menyertai doa-doa selama penulis menyusun tugas akhir.

Penulis memahami bahwa masih banyak kekurangan dan kelalaian dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah akhir ini. Kritik dan saran sangat berguna untuk melengkapi kekurangan agar dapat dibenahi dikemudian hari. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat dijadikan manfaat bagi seluruh orang yang membacanya.

Jakarta, 5 Mei 2023

Penulis

Inez deviantika

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SKEMA.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar belakang.....	1
I.2 Rumusan masalah.....	2
I.3 Tujuan penulisan.....	3
I.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
II.1 Landasan Teori.....	4
II.2 Kerangka teori.....	13
BAB III METODE PENELITIAN.....	14
III.1 Kerangka Konsep.....	14
III.2 Hipotesis Penelitian.....	14
III.3 Definisi Operasional.....	15
III.4 Desain Penelitian.....	16
III.5 Populasi dan Sampel.....	17
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	17
III.7 Instrumen penelitian.....	17
III.8 Metode pengumpulan data.....	18
III.9 Analisis data.....	19
III.10 Etika penelitian.....	19
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	21
IV.1 Hasil Penelitian.....	21
IV.2 Pembahasan.....	24
BAB V PENUTUP.....	29
IV.1 Kesimpulan.....	28
V.2 Saran.....	28
DAFTAR PUSTAKA.....	30
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional Variabel	15
Tabel 2	Karakteristik Subjek Penelitian.....	22
Tabel 3	Distribusi Frekuensi <i>Fear of Falling</i> berdasarkan aktivitas fisik	23
Tabel 4	Uji Hipotesis.....	24

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	13
Skema 2	Kerangka Konsep.....	14

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Persetujuan Setelah Penjelasan
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 3	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	Hasil Uji SPSS
Lampiran 5	Data Penelitian Excel
Lampiran 6	Formulir Penelitian
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 8	Uji Turnitin