

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1. Simpulan

1. Adanya hubungan yang signifikan lemah antara rasa takut jatuh dan keseimbangan yang berarti semakin baik rasa takut jatuh semakin tinggi baik keseimbangannya.
2. Adanya hubungan yang signifikan lemah antara rasa takut jatuh dan status fungsional yang berarti semakin baik rasa takut jatuh semakin baik status fungsionalnya.

6.2. Saran

1. Diharapkan penelitian selanjutnya meneliti hubungan antara rasa takut jatuh dengan kegiatan olah raga/senam serta menggunakan desain penelitian *cohort* sehingga dapat secara langsung menetapkan besarnya angka risiko rasa takut jatuh dari suatu waktu ke waktu tertentu dan ada keseragaman observasi, baik terhadap faktor risiko/penyebab maupun terhadap efeknya.
2. Penyuluhan dilakukan pada lansia dan masyarakat yang memiliki rasa takut jatuh yang tinggi dengan diedukasi untuk membangun rasa percaya diri dan rasa keamanan

pada dirinya agar tidak terlalu membatasi aktivitasnya dan penurunan keseimbangan dan status fungsionalnya dapat dihambat, serta pada lansia dan masyarakat yang mengalami penurunan keseimbangan dan/atau status fungsional agar meningkatkan aktivitasnya seperti dengan olah raga yang sesuai dengan batas kemampuannya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Padilla. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
2. Maryam, S.R. Mengenal usia lanjut dan perawatannya. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
3. Nugroho, W. Gerontik & Geriatrik. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC; 2008.
4. WHO. Falls. 2012. Diunduh pada tanggal 2 Maret 2015 dari <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs344/en/>
5. Darmojo, R.B, & Martono, H.H. Buku ajar Geriatri; Ilmu kesehatan lanjut usia. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2014.
6. WHO. Global Report on Falls Prevention in Older Age. 2007. Diunduh pada tanggal 5 Maret 2015 dari http://www.who.int/violence_injury_prevention/publications/other_injury/falls_prevention.pdf
7. Sherry A. Assesment of Fear of Falling in Older Adults: The Falls Efficacy Scale-International (FES-I). 2011. Diunduh pada tanggal 1 Maret 2015 dari http://consultgerim.org/uploads/File/trythis/try_this_29.pdf
8. Scheffer, Alice C., Marieke J. Schuurmans, Nynke van Dijk, Truus van der Hoof dan Sophia E. de Rooij. Fear of falling: measurement strategy, prevalence, risk factors and consequences among older persons. 2007. Diunduh pada 10 Mei 2015 dari <http://ageing.oxfordjournals.org/content/37/1/19.full.pdf>
9. Abasmay, F. Hubungan Rasa Takut Jatuh dengan Keseimbangan dan mobilitas fungsional.[PPDS]. [Surabaya]:Program Pendidikan Dokter Spesialis I Program Studi Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga; 2014.

10. Azis, Iwan J.; Lydia M.; Arianto A.; dan Budy P. *Pembangunan Berkelanjutan: Peran dan Konstibusi Emil Salim*. 2010. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia.
11. Blue, Laura. *Why do Women Live Longer Than Men?*. Time. 2008. Diunduh pada 2 Desember 2015 dari <http://content.time.com/time/health/article/0,8599,1827162,00.html>
12. Van Helden S, Wyers CE, Dagnelie PC, van Dongen MC, Willems G, Brink PR, et al. Risk of falling in patients with a recent fracture. *BMC Musculoskelet Disord*. 2007;8:55. Diunduh pada 4 Desember 2015 dari <http://www.biomedcentral.com/1471-2474/8/55>
13. Perracini MR, Ramos LR. Fatores associados a quedas em uma coorte de idosos residentes na comunidade. *Rev Saúde Pública*. 2002;36(6): 709-16. Diunduh pada 3 Desember 2015 dari <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&nextAction=lnk&base=MEDLINE&exprSearch=12488937&indexSearch=UI&lang=i>
14. Lopes KT & Costa DF. Prevalence of Fear of Falling among a Population of Older Adults and its Correlation with Mobility, Dynamic Balance, Risk and History Of Falls. 2009. Diunduh pada 19 April 2015 dari http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-35552009000300006&script=sci_arttext&tlng=en
15. Rubenstein & Laurence Z. *Falls in Elderly*. 2013. Diunduh pada 4 Maret 2015 dari http://www.merckmanuals.com/professional/geriatrics/falls_in_the_elderly/falls_in_the_elderly.html
16. Ariawan, IW Yuna; RA Tuty Kuswardhani; IN Astika; IGP Suka Aryana. Hubungan antara Activities Specific Balance Confidence Scale dengan Umur dan Falls pada Lansia di Poliklinik Geriatri RSUP Sanglah Denpasar. [Denpasar]: Divisi Geriatri Bagian Ilmu Penyakit Dalam FK Unud; 2011.

17. Salkeld G, Cameron ID, Cumming RG, Easter S, Seymour J, Kurrle SE, et al. Quality of life related to fear of falling and hip fracture in older women: a time trade off study. *BMJ*. 2000;320(7231):341-6. Diunduh pada 2 Desember 2015 dari <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&nextAction=Ink&base=MEDLINE&exprSearch=10657327&indexSearch=UI&lang=i>

18. Stocklager, Jaime & Schaeffer, Liz. *Buku Saku Asuhan Keperawatan Geriatrik* Edisi 2. Alih Bahasa: Nike Budhi Subekti. Jakarta: EGC; 2008.

19. Fletcher PC, Hirdes JP. Restriction in activity associated with fear of falling among community-based seniors using home care services. *Age Ageing*. 2004;33(3):273-9. Diunduh pada 1 Desember 2015 dari <http://ageing.oxfordjournals.org/content/33/3/273.full.pdf+html>

20. Delbaere K, Crombez G, Van Den Noortgate N, Willems T, Cambier D. The risk of being fearful or fearless of falls in older people: an empirical validation. *Disabil Rehabil*. 2006;28(12):751-6. Diunduh pada 3 Desember 2015 dari <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09638280500304794?journalCode=idre20>

21. Martin FC, Hart D, Spector T, Doyle DV, Harari D. Fear of falling limiting activity in young-old women is associated with reduced functional mobility rather than psychological factors. *Age Ageing*. 2005;34(2): 281-7. Diunduh pada 3 Desember 2015 dari <http://ageing.oxfordjournals.org/content/34/3/281.full.pdf>

22. Gillespie SM, Friedman SM. Fear of falling in new long-term care enrollees. *J Am Med Dir Assoc*. 2007;8(5):307-13. Diunduh pada 3 Desember 2015 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2043160/>

23. Vellas BJ, Wayne SJ, Romero LJ, Baumgartner RN, Garry PJ. Fear of falling and restriction of mobility in elderly fallers. *Age Ageing*. 1997;26(3):189-93. Diunduh pada 2 Desember 2015 dari <http://ageing.oxfordjournals.org/content/26/3/189.full.pdf+html>

24. Clague JE, Petrie PJ, Horan MA. Hypocapnia and its relation to fear of falling. *Arch Phys Med Rehabil*. 2000;81(11):1485-8. Diunduh pada 2 Desember 2015 dari [http://www.archives-pmr.org/article/S0003-9993\(00\)38517-3/pdf](http://www.archives-pmr.org/article/S0003-9993(00)38517-3/pdf)

25. Zijlstra G, van Haastregt JC, van Eijk JT, Kempen GI. Evaluating an intervention to reduce fear of falling and associated activity restriction in elderly persons: design of a randomised controlled trial [ISRCTN43792817]. *BMC Public Health*. 2005;5:26. Diunduh pada 3 Desember 2015 dari <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/5/26/>

26. Kempen GI, Zijlstra GA, van Haastregt JC. Het meten van angst om te vallen met de Falls Efficacy Scale-International (FES-I). (2007) *Achtergrond en psychometrische kenmerken*. *Tijdschr Gerontol Geriatri*. 38: 204-212.

27. Petra Pohl, Christina Ahlgren, Ellinor Nordin, Anders Lundquist, Lillemor Lundsinn-Olsson. Gender Perspective on Fear of Falling Using the Classification of Functioning as the Model. *NCBI*. 2015;37(3): 214-222. Diunduh pada 4 Desember 2015 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4364267/>

28. Yardley L, Beyer N, Hauer K, Kempen G, Piot-ziegler C dan Todd C. Development and initial validation of the Falls Efficacy Scale-International (FES-I). 2005. Diunduh pada 14 April 2015 dari <http://ageing.oxfordjournals.org/content/34/6/614.full.pdf+html>

29. NYC Health. Falls Efficacy Scale International. 2015. Diunduh pada 15 Maret 2015 dari <http://www.nyc.gov/html/doh/downloads/pdf/win/fes.pdf>
30. Priyanka Singh & Nangteidor Hujon. Normative Data of Modified Functional Reach Test in Younger and Middle-aged North Eastern Indian Population. 2013:109-114. Diunduh pada 3 Maret 2015 dari <http://www.amhsjournal.org/article.asp?issn=2321-4848;year=2013;volume=1;issue=2;spage=109;epage=114;aulast=Singh>
31. Lord, Stephen R.; Catherine Sherrington; Hylton B. Menz dan Jacqueline C.T. Falls in Older People 2nd Edition. USA:Cambridge, 2007.
32. Doug Schrift. Ready to Become Stronger and be more Independent. 2015. Diunduh pada 1 Desember 2015 dari <http://eldergym.com/>
33. Haber N, El; Erbas B; Hill KD; dan Wark JD. Relationship between Age and Measures of Balance, Strength and Gait: linear and non-linear analyses. 2008 Jun; 114(12):719-27. Diunduh pada 4 Desember 2015 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18092948>
34. Hafeman PA, Leibowitz JM 1995; Age And Gender Effects On Postural Control Measures. Arch Phys Med Rehab. Oct; 76(10): 961-5
35. Wolfson L, Whipple R, Derby CA, Amerman P, Nashner L. Gender differences in the balance of healthy elderly as demonstrated by dynamic posturography. 1994;48(4):M160-7. Diunduh pada 4 Desember 2015 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8014390>
36. Rehabilitation Institute of Chicago. Rehab Measures: Functional Reach Test / Modified Functional Reach Test. 2010. Diunduh pada 7 Maret 2015 dari <http://www.rehabmeasures.org/Lists/RehabMeasures/PrintView.aspx?ID=950>

37. Ghupta, Abhaya. *Measurement Scales Used in Elderly Care*. New Zealand: Radcliffe Publishing; 2008.
38. Marilyn Ponce. *How to Prevent Falls Among Older Adult*. 2012. Diunduh pada 4 Maret 2015 dari http://www.medscape.com/viewarticle/762687_9
39. Ficalora, Robert D. *Mayo Clinic Internal Medicine Board Review*. New York: Mayo Clinic Scientific Press; 2013.
40. Ropyanto, Candra Bagus. *Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Fungsional Pasien Pasca Open Reduction Internal Fixation (ORIF) Fraktur Ekstremitas Bawah Di RS Ortopedi Prof. Soeharso Surakarta.[Skripsi]*. [Surabaya]: Program Magister Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia; 2011.
41. Kresevic, Denise M. *Function, Nursing Standard of Practice Protocol: Assesment of Physical Function*. Hartford Institute for Geriatric Nursing. 2012. Diunduh pada 4 Desember 2015 dari http://consultgerirn.org/topics/function/want_to_know_more
42. Chan KM, Pang WS, Ee CH, Ding YY, dan Choo P. *Functional Status of The Elderly in Singapore*. 1999 Oct; 40(10): 635-8. Diunduh pada 4 Desember 2015 dari <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10741191>
43. Loretz, L. *Primary Care Tools for Clinicians: A compendium of forms, questionnaires, and rating scales for everyday Practice*. Philadelphia: Mosby-Elseviers; 2005.
44. Wade DT, Collin C. *The Barthel ADL Index: a standard measure of physical disability? Int Disabil Stud*; 1988.
45. Agung, Iskandar. *Uji Keandalan dan Kesahihan Indeks Activity of Daily Living Barthel untuk Mengukur Status Fungsional Dasar pada Usia Lanjut di RSCM.[Skripsi]*. [Jakarta]: Program Studi Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2005.

46. Lawson, Katherine A. And Eugenia Catalina Gonzales. The Impact of Fear of Falling on Functional Independence Among Older Adults Receiving Home Health Services. *The Open Journal of Occupational Therapy (OJOT)*. 2014. Diunduh pada 2 Desember 2015 dari <http://scholarworks.wmich.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1093&context=ojot>
47. Notoatmodjo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
48. Dahlan, Sopiudin. *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel Ed.3*. Jakarta: Salemba Medika; 2010.
49. Mahoney FI, Barthel DW. *Functional evaluation: the Barthel Index*. *Md State Med J*; 1965.
50. *Riset Kesehatan Dasar. Pedoman Pengukuran dan Pemeriksaan*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI; 2007.
51. Raharjo, Sahid. *Uji Koefisien Korelasi Spearman dengan SPSS Lengkap*. 2015. Diunduh pada 1 Desember 2015 dari <http://www.konsistensi.com/2015/02/uji-koefisien-korelasi-spearman-dengan.html>