

FUNGSI SOSIAL LANSIA YANG MENGALAMI TAKUT JATUH

Widayani Yuliana^{1*}, Raditya Kurniawan Djoar², Yulistiana Rudianti³

^{1,2,3}STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya

*Email korespondensi: nanastikvinc@gmail.com

Abstract: *Fear of falling is an excessive worry about falling, which leads to restricted movement during functional activities. Fear of falling can hinder the quality of life of the elderly and increase the risk of falls through reduced physical activity, confidence, strength, and balance. This fear results in decreased balance control and reduced confidence in preventing falls, further increasing the incidence of falls among the elderly. One factor influencing fear of falling in the elderly is their social functioning. Therefore, this study aims to examine the social functioning of elderly individuals who experience fear of falling. The design of this research uses a descriptive observational design with purposive sampling techniques. The results show that the distribution of social support is quite balanced, with 28% having low social support, 34% moderate, and 38% high social support. Therefore, it is necessary for the management of UPTD Griya Werdha to organize activities to provide interventions related to social support so that all elderly individuals experience high social support during their stay in the care facility.*

Keywords: *Elderly; Fear of falling; social functioning)*

Abstrak: Takut jatuh merupakan kekhawatiran jatuh yang berlebihan, hal tersebut mengakibatkan adanya 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. Salah satu yang mempengaruhi takut jatuh pada lansia adalah Fungsi sosial lansia. Oleh karena itu pada penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran fungsi sosial lansia yang mengalami takut jatuh. Desain penelitian ini adalah menggunakan desain deskriptif observasional dengan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah Apgar keluarga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebaran fungsi sosial cukup merata dimana fungsi sosial yang rendah 28%, sedang 34%, dan 38% lansia memiliki fungsi sosial yang tinggi. Oleh karena itu pengelola UPTD Griya Werdha perlu mengadakan sebuah kegiatan untuk memberikan intervensi kepada lansia terkait fungsi sosial yang dialami supaya secara keseluruhan lansia merasakan keberfungsian yang tinggi selama tinggal di Panti.

Kata kunci: : Lansia; Takut Jatuh; Fungsi Sosial

PENDAHULUAN

Proses penuaan menyebabkan penurunan kemampuan fisik yang mengakibatkan berbagai permasalahan salah satunya adalah kejadian jatuh. Kejadian jatuh tersebut akan menyebabkan penurunan kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas fungsionalnya. Berdasarkan data penelitian sebelumnya, rata-rata pada lansia di dunia 30% diantaranya dilaporkan mengalami jatuh dan 15% diantaranya mengalami jatuh lebih dari satu kali dalam satu tahun (Auais et al., 2018; MacKay et al., 2021). Penelitian yang dilakukan di Indonesia juga menunjukkan

angka yang relatif sama dengan rata-rata persentase di dunia bahwa 29% lansia di Indonesia pernah mengalami jatuh pada satu tahun terakhir (Susilowati et al., 2020). Kejadian jatuh dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor personal yaitu takut jatuh.

Takut jatuh merupakan kekhawatiran jatuh yang berlebihan, hal tersebut mengakibatkan adanya pembatasan gerak saat melakukan aktivitas fungsional. takut jatuh pada lansia berdampak pada kegagalan fungsional pada lansia (Auais et al., 2018; Makino et al., 2018).

Takut jatuh akan mengakibatkan kontrol keseimbangan berkurang dan pengurangan kepercayaan diri dapat juga menghambat aktivitas/tindakan sehari-hari (Liu et al., 2021). Lansia yang merasakan takut jatuh akan menghindari atau memodifikasi tindakan yang menyebabkan kemungkinan mereka akan mengalami jatuh (Jonasson et al., 2018). 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) dan kondisi ini lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki. 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 dampak adanya penurunan kemandirian lansia dalam beraktivitas sehari-hari, dan penurunan interaksi sosial (Austin, *et.al.*, 2007; Murphy, 2002).

Salah satu faktor risiko takut jatuh adalah usia. Berdasarkan undang – undang nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, yang dimaksud dengan lansia adalah mereka yang berusia 60 tahun atau lebih (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Prevalensi takut jatuh akan semakin meningkat sesuai dengan bertambahnya usia (Scheffer, *et.al.*, 2007). Penuaan akan menyebabkan terjadinya perubahan fisiologis pada sistem-sistem tubuh antara lain sistem muskuloskeletal, kardiovaskuler, respirasi, saraf, alat indera dan fungsi organ lain (Narinder Kaur Multani, *et.,al.*, 2007). Pada saat melakukan aktivitas, individu akan membutuhkan sistem-sistem tersebut salah satunya untuk mempertahankan keseimbangan supaya tidak jatuh. Oleh karena terjadi perubahan fisiologis, lansia akan mengalami penurunan kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan saat melakukan aktivitas. Hal tersebut yang akan

menyebabkan lansia takut jatuh saat melakukan aktivitas fungsional. Untuk mengurangi dampak yang lebih banyak ditimbulkan maka perlu adanya identifikasi bagaimana peran orang terdekat yaitu keluarga dalam memberikan dukungan sosial yang dapat diidentifikasi melalui fungsi sosial lansia.

Fungsi sosial pada lanjut usia yaitu hubungan lanjut usia dengan keluarga sebagai peran pusat pada semua tingkat kesehatan serta kesejahteraan lansia (Luhung & Astutik, 2024). Keluarga menurut (Gunawan, 2022) merupakan kelompok yang mempunyai peranan sangat penting dalam mengembangkan, mencegah, mengadaptasi dan atau memperbaiki masalah kesehatan dalam keluarga. Keterlibatan serta support dari keluarga berperan penting terhadap lanjut usia (Tanjungpinang et al., 2024). Keluarga yang fungsional merupakan salah satu faktor pendukung penting bagi keluarga dalam memecahkan masalah kesehatan serta meningkatkan kualitas hidup anggota keluarga yang sakit. Fungsi sosial pada lansia diukur menggunakan APGAR Keluarga (*family APGAR*) yang diciptakan oleh Smilkstein pada tahun 1982. Aspek fungsi sosial meliputi aspek adaptasi (*adaptation*), aspek hubungan (*partnership*), aspek pertumbuhan (*growth*), aspek afeksi (*affection*) serta aspek pemecahan (*revolve*). Keluarga mempunyai peran yang sangat penting dalam mengadaptasi, mencegah, mengembangkan, dan atau memperbaiki masalah kesehatan yang berada di dalam keluarga itu sendiri. Gangguan kesehatan dalam keluarga akan saling berdampak antar anggota keluarga yang pada akhirnya juga akan berdampak pada masyarakat yang ada disekitarnya. Oleh karena itu keluarga mempunyai posisi yang strategis untuk dijadikan sebagai bagian dari unit kesehatan (Oktowaty, 2018). Oleh karena itu tujuan penelitian ini adalah identifikasi fungsi sosial lansia terutama mereka yang mengalami takut jatuh.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan Populasi penelitian ini adalah Lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya dengan kriteria inklusi orang tua berusia 60/lebih, bisa berkomunikasi dengan baik, dan mengalami Takut jatuh berdasarkan hasil pengisian instrumen yang dilakukan oleh lansia. Besar sampel pada penelitian ini berjumlah 58 orang. Fungsi sosial lansia terkait interaksi dengan keluarga yang diukur dengan kuesioner APGAR Keluarga yang sebelumnya sudah dilakukan Uji validitas menggunakan rumus Korelasi Pearson Product Moment dengan nilai $r_{tabel}=0,381$ dan $r_{hitung}=0,441-0,778$. Uji reliabilitas kuesioner dengan menggunakan Alpha Cronbach dengan nilai 0,740. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Penelitian ini sudah melalui proses laik etik di STIKES Katolik St Vincentius a Paulo dan mendapatkan sertifikat dengan nomor 01/Stikes Vinc/KEPK/XI/2023

HASIL DAN PEMBAHASAN

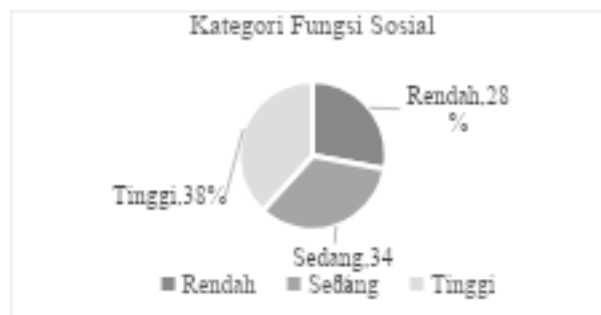
Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari 50% berjenis kelamin perempuan dengan rerata usia 69, 8 tahun. Lebih dari 50% responden tinggal di panti sudah lebih dari 1 tahun, dimana sebagian besar (67%) tidak pernah mengalami jatuh dan terkait kesehatan fisik 65% responden memiliki penyakit kronis seperti Hipertensi, diabetes, Kolesterol, asam urat, dan keluhan pusing.

Tabel 1 Karakteristik Responden

No	Jenis Karakteristik	Persentase
1	Jenis Kelamin:	
	Laki-laki	43%
	Perempuan	57%
2	Usia:	
	≤ 65 Tahun	33%
	66-74 Tahun	33%
	75-90 Tahun	34%
3	Lama Tinggal di Panti	
	≤1 Tahun	57%
	> 1 Tahun	43%

4	Riwayat jatuh	
	Pernah	14,3%
	Tidak pernah	85,7%
5	Adanya Penyakit Kronis (Fisik)	
	Ada	65%
	Tidak ada	35%



Gambar 1 Kategori Fungsi sosial
Sumber: (Penulis, 2020)

Pada gambar 2 menunjukkan bahwa sebaran fungsi sosial sebagai bentuk dukungan atau keberfungsian keluarga cukup merata dimana fungsi sosial rendah 28%, sedang 34%, dan 38% lansia memiliki fungsi sosial yang tinggi.

Tabel 2 Tabulasi Silang

Dukungan sosial	Takut Jatuh			Total
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Rendah	0	1	15	16 (28%)
Sedang	2	0	18	20 (34%)
Tinggi	1	6	15	22 (38%)
Total	3 (5%)	7 (12%)	48 (83%)	58 (100%)

Berdasarkan data pada tabel 2 menunjukkan bahwa 18 (31%) responden yang takut jatuh pada kategori tinggi mendapatkan dukungan sosial yang sedang dari lingkungan sekitar.

Pembahasan

Pada hasil penelitian khususnya berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa 18 responden (31%) yang memiliki takut jatuh pada kategori tinggi mendapatkan memiliki fungsi sosial dari lingkungan pada kategori sedang. Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa, perhatian orang disekitar akan lebih

banyak diberikan kepada lansia yang mengalami takut jatuh atau kondisi yang membuat lansia mengalami keterbatasan dalam aktivitas (Okoye, 2022). Lansia dengan berbagai kondisi penurunan fisik yang dialami berpengaruh dalam perasaan saat aktivitas kerana mereka akan merasa takut jatuh ketika melakukan aktivitas. Oleh karena itu mereka perlu untuk mendapatkan dukungan dari keluarga supaya dapat mengurangi rasa takut jatuhnya saat beraktivitas. Dukungan sosial yang dalam kategori sedang belum bisa untuk mengurangi secara significant rasa takut jatuh yang dialami lansia.

Pada hasil penelitian ini juga menunjukkan data cukup menarik bahwa lansia yang memiliki takut jatuh yang tinggi juga merasakan fungsi sosial yang tinggi dari lingkungan sosialnya. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa meskipun fungsi sosial dari keluarga yang dirasakan lansia itu baik, tetapi rasa takut jatuh juga masih tinggi karena masih ada faktor yang lain (Todd, 2022). Takut jatuh yang tinggi dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya penyakit yang diderita lansia yang dapat mengganggu keseimbangan lansia dalam beraktivitas. Data penelitian menunjukan bahwa 65% lansia mengalami sakit kronis diantaranya hipertensi, Stroke dan keluhan pusing. Kondisi ini yang mempengaruhi rasa takut jatuh pada lansia karena mereka tidak dalam kondisi fisik yang baik saat beraktivitas sehingga merasa takut jatuh.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Fungsi sosial sebagai bentuk dukungan atau keberfungsian keluarga cukup merata dimana fungsi sosial rendah 28%, sedang 34%, dan 38% lansia memiliki fungsi sosial yang tinggi.

Saran

Bagi pengelola UPTD Griya Werdha perlu mengadakan sebuah kegiatan untuk memberikan intervensi kepada lansia terkait

fungsi sosial yang dialami supaya secara keseluruhan lansia merasakan fungsi sosial yang tinggi selama tinggal di Panti. Kegiatan dapat berupa aktivitas sharing bersama lansia, dan juga perlu menghadirkan keluarga untuk dapat meningkatkan fungsi sosial bagi lansia lansia.

DAFTAR RUJUKAN

- Auais, M., French, S., Alvarado, B., Pirkle, C., Belanger, E., & Guralnik, J. (2018). Fear of falling predicts incidence of functional disability 2 years later: A perspective from an international cohort study. *Journals of Gerontology - Series A Biological Sciences and Medical Sciences*, 73(9), 1212–1215. <https://doi.org/10.1093/gerona/glx237>
- Austin, N., Devine, A., Dick, I., Prince, R., & Bruce, D. (2007). Fear of falling in older women: A longitudinal study of incidence, persistence, and predictors. *Journal of the American Geriatrics Society*, 55(10), 1598–1603. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2007.01317.x>
- Gunawan, P. V. (2022). Peran Keluarga Dalam Mengatasi Kerentanan Lanjut Usia. *Sosio Informa*, 8(2), 171–185.
- Howland. (1998). Covariates of Fear of Falling and associated activity curtailment. *Gerontologist*, 38(5).
- Jonasson, S. B., Nilsson, M. H., Lexell, J., & Carlsson, G. (2018). Experiences of fear of falling in persons with Parkinson's disease - A qualitative study. *BMC Geriatrics*, 18(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-018-0735-1>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Lach, H. W. (2005). Incidence and risk factors for developing fear of falling in older adults. *Public Health Nursing*, 22(1), 45–52.
- Liu, M., Hou, T., Li, Y., Sun, X., Szanton, S. L., Clemson, L., & Davidson, P. M.

- (2021). Fear of falling is as important as multiple previous falls in terms of limiting daily activities: a longitudinal study. *BMC Geriatrics*, 21(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02305-8>
- Luhung, M., & Astutik, N. D. (2024). *Penilaian Fungsi Sosial Lanjut Usia Menggunakan Instrumen APGAR*. 04(02), 69–76.
- MacKay, S., Ebert, P., Harbidge, C., & Hogan, D. B. (2021). Fear of Falling in Older Adults: A Scoping Review of Recent Literature. *Canadian Geriatrics Journal*, 24(4), 379–394. <https://doi.org/10.5770/CGJ.24.521>
- Makino, K., Makizako, H., Doi, T., Tsutsumimoto, K., Hotta, R., Nakakubo, S., Suzuki, T., & Shimada, H. (2018). Impact of fear of falling and fall history on disability incidence among older adults: Prospective cohort study. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 33(4), 658–662. <https://doi.org/10.1002/gps.4837>
- Murphy, S. L. (2002). Characteristics Associated with Fear of Falling and Activity Restriction in Community-Living Older Persons. *J Am Geriatr Soc*, 50 (3).
- Narinder Kaur Multani, & Verma, S. K. (2007). *Principles of Geriatric Physiotherapy*. Jaypee Brothers Medical Publishers.
- Scheffer, A. C., Schuurmans, M. J., van Dijk, N., van der Hooft, T., & de Rooij, S. E. (2007). Fear of falling: measurement strategy, prevalence, risk factors and consequences among older persons. *Age and Ageing*, 37(1), 19–24. <https://doi.org/10.1093/ageing/afm169>
- Susilowati, I. H., Nugraha, S., Sabarinah, S., Peltzer, K., Pengpid, S., & Hasiholan, B. P. (2020). Prevalence and risk factors associated with falls among community-dwelling and institutionalized older adults in Indonesia. *Malaysian Family Physician: The Official Journal of the Academy of Family Physicians of Malaysia*, 15(1), 30–38. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32284802>
- Tanjungpinang, D. K., Solina, E., Wisadirana, D., & Kuswantoro, W. E. (2024). Peran Keluarga Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia. *Ganaya: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 7, 319–329.