



Dampak Kecemasan Akan Jatuh Dan Depresi Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Daerah Urban Kota Surakarta

Nurul Azizah^{a,1}, Dwi Rosella Komalasari^{b,2}, Adnan Faris Naufal^{c,3}, Arin Supriyadi^{d,4}

^{a, b, c, d} Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

✉ email coresponden author : j120180059@student.ums.ac.id

Abstrak

Lansia di daerah urban dinilai tidak produktif karena kurangnya aktivitas pada lansia, hal ini menyebabkan penurunan fungsional dan performa fisik. Faktor yang di duga mempengaruhi kualitas hidup pada lansia di daerah urban adalah kecemasan akan jatuh dan depresi yang akan mengganggu aktivitas sehari-hari. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh kecemasan akan jatuh dan depresi terhadap kualitas hidup lansia di daerah urban kota Surakarta serta mencari faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup lansia di daerah urban kota Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional study* dengan subjek penelitian adalah lansia berumur 60 tahun keatas. Teknik pengambilan sampel dengan quota sampling dengan jumlah sampel 94 orang. Terdapat pengaruh kecemasan akan jatuh terhadap kualitas hidup lansia sebesar 26.8% dan tidak terdapat pengaruh depresi terhadap kualitas hidup lansia. Kecemasan akan jatuh merupakan faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup lansia (OR -0.971, p=0.048, 95% CI: -1.933 – -0.009). Kecemasan akan jatuh merupakan faktor penting yang berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia yang tinggal di urban.

Abstract

The elderly in urban areas are considered unproductive because of the lack of activity in the elderly, this causes a decrease in functional and physical performance. Factors that are thought to affect the quality of life of the elderly in urban areas are anxiety about falling and depression which will interfere with daily activities. The purpose of the study was to determine the effect of falling anxiety and depression on the quality of life of the elderly in the urban area of Surakarta and to find out the dominant factors that affect the quality of life of the elderly in the urban area of Surakarta. This study used a cross sectional study method with the research subject being the elderly aged 60 years and over. The sampling technique was quota sampling with a sample size of 94 people. There is an effect of anxiety about falling on the quality of life of the elderly by 26.8% and there is no effect of depression on the quality of life of the elderly. Anxiety about falling is the dominant factor affecting the quality of life of the elderly (OR -0.971, p=0.048, 95% CI: -1.933 – -0.009). Anxiety about falling is an important factor that affects the quality of life of the elderly living in urban areas.

Sejarah Artikel

Diterima : 9 Juni 2022

Disetujui : 25 Juni 2022

Kata kunci:

Kecemasan Akan Jatuh,
Depresi, Kualitas
Hidup, Lansia

Keywords:

Falls Efficacy,
Depression, Quality Of
Life, Eldery

Pendahuluan

Menurut *World Health Organization* (WHO) lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang berumur 60 tahun keatas, lansia akan mengalami proses penuaan dimana seseorang akan kehilangan kemampuan tubuh dalam mempertahankan fungsi dan struktur normal tubuh, dan tidak dapat memperbaiki kerusakan tubuh yang terjadi (Martono & Pranarka, 2009). Berdasarkan data Badan Pusat Statistika tahun 2020 jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia mencapai 26,82 juta jiwa dengan presentasi di daerah urban 52,95% dan di daerah rural sebesar 47,05%. Seiring bertambahnya usia lansia akan mengalami penurunan derajat kesehatan dan penurunan fungsi fisiologi. Proses degeneratif, akan menyebabkan lansia mengalami rasa cemas yang berlebihan seperti kecemasan akan jatuh.

Salah satu faktor yang dapat memberikan pengaruh pada kualitas hidup adalah kecemasan akan jatuh, hal ini ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan yang akan mengganggu aktivitas sehari-hari, dan juga timbul kegelisahan dan gangguan tidur (Pary, Sarai, Micchelli, & Lippmann, 2019). Jatuh yang terjadi berulang kali, akan mengakibatkan timbul kecemasan yang berlebihan, yang berdampak pada kelemahan otot tungkai bawah dan keseimbangan pada lansia karena penurunan aktivitas sehari-hari dan akan meningkatkan depresi pada lansia (Li, Lin, Xu, & Zhou, 2018).

Depresi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada lansia. Depresi umum terjadi pada lansia yang berumur ≥ 60 tahun dengan gejala yang tidak spesifik, oleh karena itu depresi pada lansia sulit diketahui. Depresi dapat terjadi karena beberapa hal seperti faktor sosial yang disebabkan kurangnya sosialisasi dengan lingkungan sekitar, kehilangan pasangan atau kerabat dekat, kehilangan pekerjaan, dan kehilangan pendapatan. Adapun faktor lain yang mempengaruhi terjadinya depresi adalah kurangnya dukungan sosial, dukungan lingkungan, dukungan keluarga, dan kurangnya ketersediaan komunikasi untuk lansia (Pae, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Nurwita, 2019) dimana lansia di daerah perkotaan dinilai sangat tidak produktif karena kurangnya aktivitas pada lansia, hal ini menyebabkan penurunan kemampuan fungsional dan performa fisik yang akan mengarah ke *sedentary lifestyle*. *Sedentary lifestyle* akan berpengaruh pada kesehatan lansia dan akan muncul gangguan kesehatan diantaranya penyakit jantung, stroke, dan diabetes miletus tipe 2, selain itu *sedentary lifestyle* juga meningkatkan risiko kelemahan otot, obesitas, dan gangguan kognitif pada lansia (McPhee et al., 2016). Ciri- ciri daerah perkotaan

masyarakatnya bersifat individualisme, pemukiman di kota yang relatif besar dan padat penduduk, memiliki sarana dan prasarana serta fasilitas yang memadai (Jamaludin, 2015).

Menurut (Schoene et al., 2019) kecemasan akan jatuh menjadi prediktor independen yang mempengaruhi kualitas hidup. Sedangkan (Ibrahim et al., 2013) melaporkan bahwa depresi tidak mempengaruhi kualitas hidup lansia. Tetapi mekanisme kecemasan akan jatuh, depresi dan kualitas hidup itu sendiri belum dijabarkan secara jelas. Karena melihat banyak faktor yang dapat memberikan pengaruh pada kualitas hidup lansia itu sendiri (Rivasi, Kenny, Ungar, & Romero-Ortuno, 2020). Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecemasan akan jatuh dan depresi terhadap kualitas hidup lansia di daerah urban kota Surakarta serta mencari faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup lansia di daerah urban kota Surakarta.

Metode

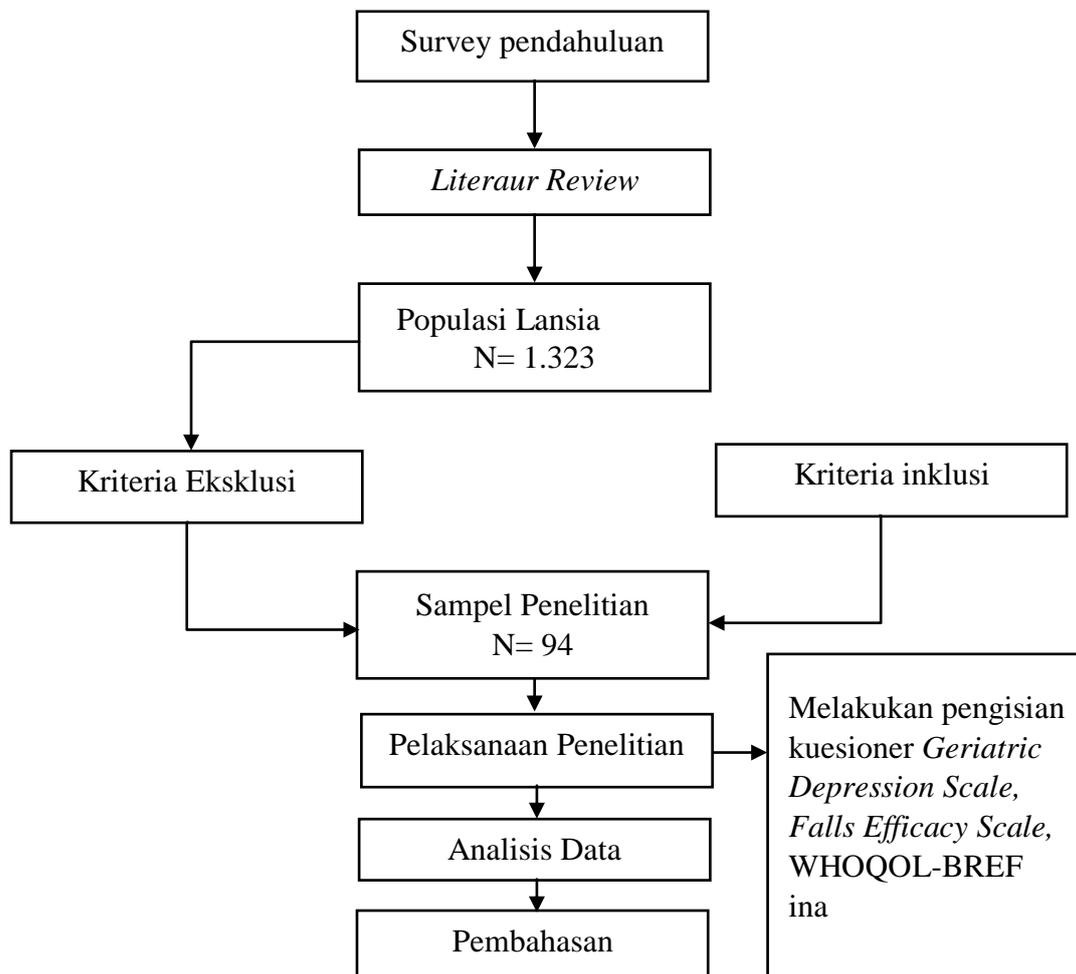
Penelitian ini telah disetujui oleh komite etik penelitian Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor 4032/B.1/KEPK-FKUMS/I/2022. Penelitian dilakukan di Desa Gonilan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo pada bulan Januari 2022. Jenis penelitian yang digunakan yaitu *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *quota sampling*. Perhitungan besar sampel berdasarkan data (Clemson et al., 2010) didapatkan jumlah sampel sebanyak 94 orang. Populasi penelitian ini yaitu lansia di desa gonilan yang berjumlah 1.323 orang, yang hanya diambil dari 2 dusun di Desa Gonilan yang berjumlah 100 orang.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi subjek bersedia menjadi responden, lansia ≥ 60 tahun, dapat berkomunikasi dengan baik, sehat jasmani dan rohani. Sedangkan kriteria eksklusi antara lain lansia dengan gangguan fisik dan kejiwaan, lansia yang menggunakan alat bantu untuk mobilitas, lansia menderita osteoarthritis lutut, lansia yang mengalami riwayat cedera yang mengganggu aktivitas berjalan, lansia yang mengalami gangguan *neuromuscular* (stroke, parkinson, ataksia, gangguan koordinasi), lansia yang menderita Diabetes Millitus (DM), lansia yang menderita penyakit jantung.

Instrumen yang digunakan di dalam penelitian ini menggunakan tiga kuesioner yaitu, *Falls Efficacy Scale- International* (FES-I) digunakan untuk mengukur kecemasan akan jatuh, terdiri dari 16 item pertanyaan, setiap pertanyaan diberi skor 1-4 tergantung tingkat kekhawatiran dengan skor pada setiap pertanyaan (1 = tidak peduli sama sekali, 2 = agak

khawatir, 3 = cukup khawatir, 4 = sangat khawatir), dengan total skor dikategorikan 16-19 = kekhawatiran yang rendah akan jatuh, skor 20-17 = kekhawatiran sedang akan jatuh, 28-64 = kekhawatiran yang tinggi akan jatuh. *Geriatric Depression Scale-15* (GDS-15) digunakan untuk mengukur tingkatan depresi yang terdiri dari 15 item pertanyaan, untuk setiap pertanyaan dengan jawaban “Ya” skor 1 dan untuk jawaban “Tidak” skor 0, dengan total skor dikategorikan 0-10 = tidak ada depresi, dan skor >11 = kemungkinan depresi. *World Health Organization Quality Of Life-BREF Ina* (WHOQOL-BREF Ina) digunakan untuk mengukur kualitas hidup yang terdiri dari 26 item pertanyaan, setiap pertanyaan dijawab dengan skala likert 1-5 dengan total skor 100.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yang pertama dilakukan uji normalitas data dengan uji *Kolmogorov Smirnov*. Jika data berdistribusi normal maka dilakukan uji regresi linier sederhana dan berganda yang digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel dan mengetahui faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup. Adapun alur penelitian dijelaskan di gambar 1.



Gambar 1. Alur Penelitian



Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Responden yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 94 lansia yang tinggal di Desa Gonilan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. usia rata-rata lansia adalah 1.43 dengan didominasi lansia yang berusia 60-67 tahun dengan persentase sebanyak 66.3% yang didominasi laki-laki 25.3% dan perempuan 73.7%, dominasi pekerjaan IRT 67.0% dominasi status perkawinan kawin 94.7% dominasi riwayat jatuh tidak pernah jatuh 90.4% dominasi BMI overweight 54.7%. Skor rata-rata GDS-15 adalah 1.39 skor rata-rata FES 1.27 dan skor rata-rata WHOQOL-BREF Ina adalah 2.57 dengan skor tertinggi pada domain 4 dengan rata-rata 64.60

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	N (%)	Min	Max	Mean ± SD
Usia (tahun)		1	6	1.43±.680
60-67	63 (66.3%)			
68-75	23 (24.2%)			
76-83	7 (7.4%)			
84-91	1 (1.1%)			
Jenis Kelamin		1	2	1.74±.438
Laki-laki	24 (25.3%)			
Perempuan	70 (73.7%)			
Pekerjaan		1	6	2.18±1.973
IRT	63 (67.0%)			
Swasta	5 (5.3%)			
Wirausaha	5 (5.3%)			
Petani	2 (2.1%)			
Pensiunan	18 (19.1%)			
Buruh	1 (1.1%)			
Status Perkawinan		1	3	2.93±.336
Janda	2 (2.1%)			
Duda	3 (3.2%)			
Kawin	89 (94.7%)			
Riwayat Jatuh		1	3	1.12±.384
1 Kali	7 (7.4%)			
Lebih dari 3 kali	2 (2.1%)			
Tidak Pernah	85 (90.4%)			
BMI		1	4	2.90±.689
<i>Underweight</i>	1 (1.1%)			
<i>Normal</i>	24 (25.3%)			
<i>Overweight</i>	52 (54.7%)			
<i>Obesity</i>	17 (17.9%)			
FES	94	1	6	1.27±.792
GDS	94	0	9	1.39±1.483
WHOQOL	94	1	4	2.57±.898
D1	94	25	88	52.11±10.074
D2	94	25	81	53.60±10.538
D3	94	31	75	57.52±12.211
D4	94	31	81	64.60±10.923

Tabel 2. Uji Normalitas Data

Data Residual	<i>p-value</i>	Keterangan
WHOQOL – FES	0.200	Normal
WHOQOL – GDS	0.200	Normal
WHOQOL – variabel prediktor	0.082	Normal

Tabel 2 menjelaskan pada penelitian ini menggunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov*, dimana semua variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal dengan $p\text{-value} > 0.05$.

Tabel 3. Uji Regresi Linier Sederhana

Model	Variabel	R	B	<i>p-value</i>	95% Confidence Interval	
					lower	upper
WHOQOL	FES	0.268	-1.201	0.009	-2.095	-0.306

Tabel 3 merupakan hasil dari uji regresi linear sederhana. Hasil analisis menyatakan bahwa terdapat pengaruh kecemasan akan jatuh terhadap kualitas hidup lansia di daerah urban ($p < 0.05$) dan koefisien determinasi sebesar 26.8%. Kecemasan akan jatuh mempunyai pengaruh negatif terhadap kualitas hidup, dimana setiap 1 unit peningkatan kecemasan akan jatuh akan menurunkan kualitas hidup lansia di urban sebesar 1.201 dengan 95% $CI = -2.095 - -0.306$.

Tabel 4. Uji Regresi Linier Sederhana

Model	Variabel	R	B	p-Value	95% Confidence Interval	
	T				Lower	Upper
WHOQOL	GDS	0.131	-2.968	0.208	-7.598	1.674

Tabel 4 menggambarkan bahwa tidak terdapat pengaruh depresi terhadap kualitas hidup lansia di urban ($p > 0.05$) dengan koefisien determinasi sebesar 13.1 %, 95 % $CI = -7.598 - 1.674$.

Tabel 5. Uji Regresi Linier Berganda

Model	Variabel Prediktor	R	B	p-Value	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
WHOQOL		0.402	254.08	0.023	171.384	336.783
	Jenis Kelamin		8.705	.484	-15.915	33.325
	Pekerjaan		4.663	.084	-0.639	9.965
	BMI		0.664	.350	-0.739	2.066
	Status Perkawinan		-19.800	.060	-40.435	0.834
	Riwayat Jatuh		10.961	.218	-6.608	28.531
	FES		-0.971	.048	-1.933	-0.009
	GDS		-2.515	.299	-7.299	2.269

Tabel 5 menunjukkan uji regresi linear berganda. Hasil uji analisis regresi linear berganda untuk mencari faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup lansia di urban. Hasil menunjukkan koefisien determinasi sebesar 40.2%, artinya secara bersama-sama (simultan) semua variabel prediktor mempengaruhi kualitas hidup sebesar 40.2% dengan p-value 0.023. Terdapat 59.1% faktor lain yang memberikan pengaruh terhadap kualitas hidup lansia di urban. Hasil statistik menunjukkan variabel kecemasan akan jatuh yang diukur dengan FES-I sebagai satu-satunya faktor dominan yang mempengaruhi kualitas hidup lansia di urban ($p\text{-value} < 0.05$). Faktor FES-I mempunyai pengaruh negatif terhadap kualitas hidup lansia di urban, dimana setiap 1 unit kenaikan kecemasan akan jatuh, maka akan menurunkan kualitas hidup lansia di urban sebesar -0.971.

2. Pembahasan

a. Karakteristik Responden

Karakteristik berdasarkan usia didominasi oleh lansia yang berusia 60-67 tahun sebanyak 66.3% didominasi perempuan sebanyak 73.7% dan laki-laki 25.3% hal ini sama dengan penelitian (Rahmayanti & Ariguntar, 2017) pada penelitian ini didominasi oleh perempuan. Perbedaan jenis kelamin sangat berpengaruh pada tingkat emosional diri, perempuan cenderung lebih berpengaruh dari pada laki-laki karena dalam hal emosional dan tingkat berfikir perempuan lebih rasional, sedangkan laki-laki lebih terhambat emosionalnya (Matud & differences, 2004).

Mayoritas pekerjaan menurut data karakteristik responden pada penelitian ini adalah IRT 67.0%, disini dapat disimpulkan karena mayoritas lansia di desa Gonilan adalah perempuan, seperti penelitian dari (Windiana, Putri, Amalia, & Rahmah, 2021) yang mayoritas pekerjaannya adalah IRT. Pekerjaan seseorang mempengaruhi tingkat aktivitas fisik, hal ini berkaitan dengan Ibu Rumah Tangga yang kemungkinan besar aktivitas fisiknya lebih sedikit dibandingkan pekerja yang bekerja di luar ruangan (Zainuddin & Utomo, 2015).

Status perkawinan didominasi oleh lansia yang berstatus kawin 94.7% hal ini sama dengan penelitian (Andini, Nilakusmawati, & Susilawati, 2013). Lansia yang berstatus kawin memiliki kualitas hidup yang baik, dengan adanya teman hidup di masa tuanya lansia akan merasa hidupnya berharga, perhatian dari pasangan, komunikasi yang baik akan membuat lansia semakin kuat dan semangat dalam menjalani hidupnya (Astuti, 2019).

Persentase riwayat jatuh sebanyak 90.4% didominasi oleh lansia yang tidak pernah jatuh hal ini sejalan dengan penelitian (Ginting & Marlina, 2018) dan untuk BMI dengan persentase 54.7% yang di dominasi *Overweight* sama dengan penelitian (Gutiérrez- Fisac, López, Banegas, Graciani, & Rodríguez- Artalejo, 2004). Terkait dengan masalah kesehatan BMI berpengaruh terhadap kualitas hidup, lansia yang kelebihan berat badan akan memiliki kualitas hidup yang rendah (Coakley et al., 1998; Sullivan et al., 1993; Wolk & Rössner, 1996). Kelebihan berat badan sering dikaitkan dalam keluhan masalah kesehatan di masyarakat karena akan menimbulkan berbagai pengakit seperti diabetes millitus, penyakit jantung, kanker, peradangan sendi (Heart, Lung, Institute, Diabetes, & Diseases, 1998).

b. Kecemasan Akan Jatuh

Kualitas hidup merupakan penilaian individu terhadap kehidupan dan konteks budaya yang berkaitan dengan nilai, tujuan, harapan, standar dan keprihatinan mereka (Garbaccio, Tonaco, Estêvão, & Barcelos, 2018). Dari hasil uji analisis linier sederhana didapatkan faktor kecemasan akan jatuh mempengaruhi kualitas hidup. Menurut penelitian (Schoene et al., 2019) mengatakan bahwa kecemasan akan jatuh merupakan faktor independen yang mempengaruhi kualitas hidup (Cumming, Salkeld, Thomas, Szonyi, & Sciences, 2000; Lachman et al., 1998)



juga mengatakan bahwa peningkatan kecemasan akan jatuh akan berpengaruh terhadap penurunan kualitas hidup lansia, hal itu menyebabkan penurunan kesehatan mental dan berkurangnya interaksi sosial. Telah dikonfirmasi dari beberapa peneliti bahwa kecemasan akan jatuh dikaitkan dengan status kesehatan yang buruk dan kemampuan fungsional yang menurun (Cumming et al., 2000; Howland et al., 1998; Lawrence et al., 1998). Ada beberapa aktivitas yang dihindari akibat dari kecemasan akan jatuh yaitu berjalan dipermukaan yang licin dan tinggi, berjalan jauh, mandi dengan posisi berdiri, lansia yang mengalami kecemasan akan jatuh kemungkinan akan membatasi aktivitas mereka (Lachman et al., 1998)

c. Depresi

Sedangkan faktor depresi tidak mempengaruhi kualitas hidup pada penelitian ini. Menurut penelitian sebelumnya tidak terdapat suatu hubungan signifikan antara depresi dengan kualitas hidup lansia di Malaysia (Ibrahim et al., 2013) dijelaskan bahwa kualitas hidup yang tinggi dengan tingkat depresi yang rendah berkaitan dengan kesejahteraan psikologi. Hal ini dikarenakan lansia di Desa Gonilan memiliki tingkat emosional yang baik, dan untuk dukungan sosialnya mereka masih tinggal bersama keluarga dan masih aktif mengikuti kegiatan sosial di lingkungannya.

d. Faktor Dominan pada Kualitas Hidup

Kecemasan akan jatuh nampak sebagai faktor yang dominan mempengaruhi kualitas hidup pada lansia daerah urban. Berdasarkan penelitian (Mane, Sanjana, Patil, & Srinivas, 2014) mengatakan bahwa lansia diperkotaan India juga mengalami kecemasan akan jatuh yang dapat meningkatkan risiko jatuh melalui pengurangan partisipasi sosial dan kehilangan kepercayaan diri, hal ini menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap penurunan kualitas hidup. Kualitas hidup menurun karena masalah emosional seperti kecemasan dan takut akan jatuh, takut akan jatuh sering dikaitkan dengan gangguan keseimbangan yang menyebabkan lansia harus dibantu dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Arfken, Lach, Birge, & Miller, 1994). Lansia yang mengalami kecemasan akan jatuh akan berpengaruh terhadap fungsi fisik, dan fungsi mental mereka yang akan mengakibatkan turunnya kualitas hidup lansia (Suzuki, Ohyama, Yamada,



Kanamori, & sciences, 2002). Hal ini ditunjukkan juga dalam penelitian (Ozcan, Donat, Gelecek, Ozdirenc, & Karadibak, 2005) bahwa ketika kecemasan akan jatuh meningkat, kualitas hidup lansia akan menurun. Lansia yang mempunyai riwayat jatuh dengan atau tanpa cedera dapat memicu kecemasan akan jatuh pada lansia. Kecemasan ini akan memicu perubahan perilaku pada lansia seperti mengurangi aktivitas sehari-hari, dan penurunan kebugaran fisik, selain itu kecemasan akan jatuh juga berpengaruh pada kualitas hidup lansia (Vitorino et al., 2017).

Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kecemasan akan jatuh mempengaruhi dan sebagai faktor utama terhadap kualitas hidup lansia di urban, sedangkan depresi tidak berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia di urban Desa Gonilan. Kecemasan akan jatuh sering terjadi seiring bertambahnya usia karena keseimbangan dan kekuatan otot pada lansia menurun yang akan mengakibatkan aktivitas sehari-hari pada lansia berkurang, hal ini yang menyebabkan kualitas hidup pada lansia akan menurun.

Referensi

- Andini, N. K., Nilakusmawati, D. P. E., & Susilawati, M. J. P. J. K. d. P. S. D. M. (2013). Faktor-faktor yang memengaruhi penduduk lanjut usia masih bekerja. *9*(1), 44-49.
- Arfken, C. L., Lach, H. W., Birge, S. J., & Miller, J. P. J. A. j. o. p. h. (1994). The prevalence and correlates of fear of falling in elderly persons living in the community. *84*(4), 565-570.
- Astuti, A. D. J. J. K. d. K. M. C. U. (2019). Status Perkawinan Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Di PSTW Sinta Rangkang Tangkiling Kalimantan Tengah. *8*(1), 1-8.
- Clemson, L., Singh, M. F., Bundy, A., Cumming, R. G., Weissel, E., Munro, J., . . . Black, D. J. A. o. t. j. (2010). LiFE Pilot Study: A randomised trial of balance and strength training embedded in daily life activity to reduce falls in older adults. *57*(1), 42-50.
- Coakley, E. H., Kawachi, I., Manson, J. E., Speizer, F. E., Willet, W. C., & Colditz, G. A. (1998). Lower levels of physical functioning are associated with higher body weight among middle-aged and older women. *Int J Obes Relat Metab Disord*, *22*(10), 958-965. doi:10.1038/sj.ijo.0800698
- Cumming, R. G., Salkeld, G., Thomas, M., Szonyi, G. J. T. J. o. G. S. A. B. S., & Sciences, M. (2000). Prospective study of the impact of fear of falling on activities of daily living, SF-36 scores, and nursing home admission. *55*(5), M299-M305.

- Garbaccio, J. L., Tonaco, L. A. B., Estêvão, W. G., & Barcelos, B. J. (2018). Aging and quality of life of elderly people in rural areas. *Rev Bras Enferm*, 71 Suppl 2, 724-732. doi:10.1590/0034-7167-2017-0149
- Ginting, S., & Marlina, S. J. J. P. K. M. (2018). Hubungan tes “timed up and go” dengan frekuensi jatuh pada lansia. *I(1)*, 37-40.
- Gutiérrez- Fisac, J. L., López, E., Banegas, J. R., Graciani, A., & Rodríguez- Artalejo, F. J. O. r. (2004). Prevalence of overweight and obesity in elderly people in Spain. *12(4)*, 710-715.
- Heart, N., Lung, Institute, B., Diabetes, N. I. o., & Diseases, K. (1998). *Clinical guidelines on the identification, evaluation, and treatment of overweight and obesity in adults: the evidence report*: National Heart, Lung, and Blood Institute.
- Howland, J., Lachman, M. E., Peterson, E. W., Cote, J., Kasten, L., & Jette, A. (1998). Covariates of fear of falling and associated activity curtailment. *Gerontologist*, 38(5), 549-555. doi:10.1093/geront/38.5.549
- Ibrahim, N., Din, N. C., Ahmad, M., Ghazali, S. E., Said, Z., Shahar, S., . . . Razali, R. J. A. P. P. (2013). Relationships between social support and depression, and quality of life of the elderly in a rural community in M alaysia. *5*, 59-66.
- Jamaludin, A. N. (2015). Sosiologi perkotaan: memahami masyarakat kota dan problematikanya. In: Pustaka Setia.
- Lachman, M. E., Howland, J., Tennstedt, S., Jette, A., Assmann, S., & Peterson, E. W. (1998). Fear of falling and activity restriction: the survey of activities and fear of falling in the elderly (SAFE). *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 53(1), P43-50. doi:10.1093/geronb/53b.1.p43
- Lawrence, R. H., Tennstedt, S. L., Kasten, L. E., Shih, J., Howland, J., & Jette, A. M. (1998). Intensity and correlates of fear of falling and hurting oneself in the next year: baseline findings from a Roybal Center fear of falling intervention. *J Aging Health*, 10(3), 267-286. doi:10.1177/089826439801000301
- Li, Q., Lin, Y., Xu, Y., & Zhou, H. (2018). The impact of depression and anxiety on quality of life in Chinese cancer patient-family caregiver dyads, a cross-sectional study. *Health Qual Life Outcomes*, 16(1), 230. doi:10.1186/s12955-018-1051-3
- Mane, A. B., Sanjana, T., Patil, P. R., & Srinivas, T. J. J. o. m.-l. h. (2014). Prevalence and correlates of fear of falling among elderly population in urban area of Karnataka, India. *5(3)*, 150.
- Martono, H., & Pranarka, K. (2009). Buku Ajar Boedhi-Darmojo: Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut).
- Matud, M. P. J. P., & differences, i. (2004). Gender differences in stress and coping styles. *37(7)*, 1401-1415.
- McPhee, J. S., French, D. P., Jackson, D., Nazroo, J., Pendleton, N., & Degens, H. J. B. (2016). Physical activity in older age: perspectives for healthy ageing and frailty. *17(3)*, 567-580.
- Nurwita, E. P. (2019). Hubungan Sedentary Lifestyle Dengan Fungsi Kognitif Lanjut Usia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.
- Ozcan, A., Donat, H., Gelecek, N., Ozdirenc, M., & Karadibak, D. J. B. P. H. (2005). The relationship between risk factors for falling and the quality of life in older adults. *5(1)*, 1-6.
- Pae, K. J. J. n. l. (2017). Perbedaan Tingkat Depresi Pada Lansia Yang Tinggal Di Panti Werdha Dan Yang Tinggal Di Rumah Bersama Keluarga. *5(1)*, 21-32.



- Pary, R., Sarai, S., Micchelli, A., & Lippmann, S. (2019). Anxiety Disorders in Older Patients. *The Primary Care Companion For CNS Disorders*, 21. doi:10.4088/PCC.18nr02335
- Rahmayanti, S. N., & Ariguntar, T. J. J. M. d. M. R. S. (2017). Karakteristik Responden dalam Penggunaan Jaminan Kesehatan Pada Era BPJS di Puskesmas Cisoka Kabupaten Tangerang Januari-Agustus 2015. 6(1), 61-65.
- Rivasi, G., Kenny, R. A., Ungar, A., & Romero-Ortuno, R. J. J. o. t. A. M. D. A. (2020). Predictors of incident fear of falling in community-dwelling older adults. 21(5), 615-620.
- Schoene, D., Heller, C., Aung, Y. N., Sieber, C. C., Kemmler, W., & Freiberger, E. J. C. i. i. a. (2019). A systematic review on the influence of fear of falling on quality of life in older people: is there a role for falls? , 14, 701.
- Sullivan, M., Karlsson, J., Sjöström, L., Backman, L., Bengtsson, C., Bouchard, C., . . . et al. (1993). Swedish obese subjects (SOS)--an intervention study of obesity. Baseline evaluation of health and psychosocial functioning in the first 1743 subjects examined. *Int J Obes Relat Metab Disord*, 17(9), 503-512.
- Suzuki, M., Ohyama, N., Yamada, K., Kanamori, M. J. N., & sciences, h. (2002). The relationship between fear of falling, activities of daily living and quality of life among elderly individuals. 4(4), 155-161.
- Vitorino, L. M., Teixeira, C. A., Boas, E. L., Pereira, R. L., Santos, N. O., & Rozendo, C. A. (2017). Fear of falling in older adults living at home: associated factors. *Rev Esc Enferm USP*, 51, e03215. doi:10.1590/s1980-220x2016223703215
- Windiana, L., Putri, D. N., Amalia, D., & Rahmah, A. M. J. J. V. P. (2021). AQUAPONIK SOLUSI PANGAN RUMAH TANGGA. 15(2), 40-48.
- Wolk, A., & Rössner, S. (1996). Obesity and self-perceived health in Sweden. *Int J Obes Relat Metab Disord*, 20(4), 369-372.
- Zainuddin, M., & Utomo, W. (2015). *Hubungan stres dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2*. Riau University,