

## Hubungan latihan fisik dengan risiko jatuh pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) wilayah DKI Jakarta = The relationship between physical exercise and fall risk in institutional elderly in Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) DKI Jakarta

Uswatun Hasanah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20413691&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Jatuh merupakan masalah yang banyak terjadi pada lansia, terutama pada lansia di panti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan latihan fisik dengan risiko jatuh pada lansia di panti sosial tresna werdha (PSTW) wilayah DKI Jakarta. Penelitian menggunakan cross sectional dengan metode quota sampling pada 91 lansia di PSTW Budi Mulia 1, 2, dan 4 wilayah DKI Jakarta.

Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi, risiko jatuh diukur menggunakan Morse Fall Scale (MFS). Uji statistik yang digunakan dalam penelitian adalah uji pearson product moment.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara latihan fisik dengan risiko jatuh ( $p < 0.05$ ). Dapat disimpulkan bahwa latihan fisik yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan risiko jatuh pada lansia di panti.

Fall is common problem in elderly especially institutional elderly. This research was aim to relation of physical exercise and fall risk in institutional elderly in PSTW DKI Jakarta. The research's design was cross sectional with quota sampling method on 91 institutional elderly in PSTW Budi Mulia 1, 2, and 4.

Collecting data used interview and observation, fall risk measured with Morse Fall Scale questionnaire. The statistic test that using in this research was pearson product moment.

The results research shown that there was relationship between physical exercise and fall risk ( $p$  value  $< 0,05$ ). Consequently, physical exercise regularly can reduce fall risk for institutional elderly.