

FALLS EFFICACY SCALE (FES-I) INDONESIAN VERSION
Anastasia Putu Martha Anggarani; Raditya Kurniawan Djoar
(anastasiamartha@yahoo.co.id)

Berikut adalah beberapa pertanyaan tentang seberapa peduli saudara tentang kemungkinan jatuh. Ingatlah bagaimana perasaan saudara saat melakukan aktivitas yang tertera pada kolom di bawah. Jika saat ini saudara tidak melakukan aktivitas yang tercantum (Misalnya, jika orang lain berbelanja untuk saudara), silahkan tetap menjawab dengan memikirkan JIKA saudara melakukan aktivitas tersebut, hal ini untuk menunjukkan apakah Saudara khawatir jatuh saat melakukan aktivitas tersebut. Untuk masing-masing kegiatan berikut ini, silahkan centang (✓) kotak yang sesuai dengan pendapat saudara untuk menunjukkan seberapa khawatir saudara bahwa Saudara mungkin jatuh jika Saudara melakukan kegiatan ini.

		Sama sekali tidak khawatir (1)	Agak khawatir (2)	Cukup khawatir (3)	Sangat khawatir (4)
1	Membersikan rumah (misalnya, menyapu, atau membersihkan debu)				
2	Berpakaian atau melepas pakaian				
3	Memasak di dapur				
4	Mandi dengan posisi berdiri				
5	Berbelanja di pasar				
6	Duduk ke berdiri atau berdiri ke duduk				
7	Naik atau turun tangga				
8	Berjalan berkeliling lingkungan sekitar rumah				
9	Meraih benda yang lebih tinggi atau lebih rendah				
10	Berjalan cepat				
11	Berjalan dipermukaan yang licin (Misalnya basah)				
12	Mengunjungi teman atau kerabat dengan menggunakan kendaraan umum				
13	Berjalan di keramaian				
14	Berjalan di permukaan yang tidak rata (misalnya, tanah berbatu, jalan aspal yang kurang terpelihara)				
15	Berjalan menuruni atau menaiki tanjakan				
16	Menghadiri ke acara sosial (misalnya, ibadah, pertemuan keluarga atau pertemuan klub)				
SubTotal					
Total		/64			

Scoring: Kekhawatiran rendah: 16-19, Kekhawatiran Sedang: 20-27, Kekhawatiran Tinggi: 28-64