

**GAMBARAN DAYA TAHAN JANTUNG PARU DAN KESEIMBANGAN PADA
LANJUT USIA PENDERITA DEMENSIA DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL
TRESNA WREDHA CIPARAY BANDUNG**

Indah Nurdiana Arshinta

Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Lanjut usia merupakan suatu periode kehidupan yang ditandai dengan perubahan fisik atau penurunan fungsi tubuh. Hal ini mengakibatkan terjadinya peningkatan kejadian penyakit pada lansia, salah satunya adalah demensia. Salah satu yang menyebabkan demensia adalah kurangnya latihan fisik, dimana latihan fisik yang kurang akan menyebabkan menurunnya komponen-komponen kebugaran jasmani seperti daya tahan jantung paru dan keseimbangan. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran daya tahan jantung paru dan keseimbangan lansia demensia di BPSTW Ciparay Bandung. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* pada 33 orang lansia demensia. Untuk mengukur daya tahan jantung paru menggunakan tes jalan 6 menit dan keseimbangan menggunakan tes berdiri satu kaki-mata tertutup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 63,60% lansia penderita demensia memiliki daya tahan jantung paru yang kurang dan sebanyak 57,60% memiliki keseimbangan yang kurang. Dapat disimpulkan bahwa lansia penderita demensia di BPSTW Ciparay Bandung sebagian besar memiliki daya tahan jantung paru dan keseimbangan yang kurang, hal itu disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah jenis kelamin, umur, BMI dan tingkat aktivitas fisik. Adapun saran dari penelitian ini adalah dilakukannya latihan-latihan yang dapat meningkatkan daya tahan jantung paru dan keseimbangan pada lansia demensia seperti senam lansia khususnya lansia demensia yang berada di Ruang Rawat Khusus di BPSTW Ciparay.

Kata Kunci : lansia, demensia, daya tahan jantung paru, keseimbangan

x

Indah Nurdiana Arshinta, 2017

**GAMBARAN DAYA TAHAN JANTUNG PARU DAN KESEIMBANGAN PADA LANJUT USIA PENDERITA
DEMENSIA DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL TRESNA WREDHA CIPARAY BANDUNG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**DESCRIPTION OF CARDIORESPIRATORY ENDURANCE AND BALANCE IN
ELDERLY PATIENTS WITH DEMENTIA IN THE SOCIAL PROTECTION
CENTER TRESNA WREDHA CIPARAY BANDUNG**

Indah Nurdiana Arshinta

Indonesia University of Education

ABSTRACT

Elderly is a period of life characterized by physical changes or decline in body function. This resulted in an increase in the incidence of disease in the elderly, one of which is dementia. One of the causes of dementia is the lack of physical exercise, where less physical exercise leads to decreased physical fitness components such as cardiorespiratory endurance and balance. The purpose of this study was to determine the description of cardiorespiratory endurance and balance of elderly dementia in BPSTW Ciparay Bandung. The research design used is descriptive quantitative with purposive sampling technique to 33 elderly dementia. To measure the cardiorespiratory endurance, it is used a 6-minute walk test and balance using a one-leg closed-eye test. The results showed that as many as 63.60% of elderly people with dementia had less cardiorespiratory endurance and as many as 57.60% had a lack of balance. It can be concluded that elderly people with dementia in BPSTW Ciparay Bandung mostly have cardiorespiratory endurance and balance less, it is caused by several factors such as gender, age, body mass index and level of physical activity. The suggestion of this research is to do exercises that can improve cardiorespiratory endurance and balance in elderly dementia such as gymnastics elderly, especially elderly dementia who are in the Intensive Care Room in BPSTW Ciparay.

Keywords: elderly, dementia, cardiorespiratory endurance, balance

