

GAMBARAN AKTIVITAS FISIK LANJUT USIA DEMENSIA DI BALAI PERLINDUNGAN SOSIAL TRESNA WREDA CIPARAY BANDUNG

Oleh
Asep Mulyadi

ABSTRAK

Lanjut usia merupakan suatu periode kehidupan yang ditandai dengan perubahan atau penurunan fungsi tubuh. Memasuki usia lanjut biasanya didahului oleh penyakit salah satunya adalah demensia. Demensia adalah penyakit yang ditandai dengan adanya penurunan kemampuan kognitif dan memori yang dapat mempengaruhi kegiatan sehari-hari. Salah satu yang menyebabkan demensia adalah kurangnya latihan fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pada lanjut usia yang menderita demensia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Wreda Ciparay Kabupaten Bandung. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling* sebanyak 46 orang lansia demensia yang berusia > 60 tahun, sehat berdasarkan anamnesa dan tidak memiliki gangguan jiwa dan hasil *Mini Mental State Examination* (MMSE) < 24. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Physical Activities Scale for Elderly* (PASE). Dari hasil penelitian didapatkan data hampir seluruh lansia demensia mengalami aktivitas fisik kurang 26 responden (56,5 %) dan lansia demensia yang aktivitas fisiknya baik 20 responden (43,5 %). Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa gambaran aktivitas fisik pada lanjut usia demensia di Balai Perlindungan Sosial Tresna Wreda Ciparay sebagian besar aktivitas nya kurang. Rekomendasi bagi pihak Balai Perlindungan Sosial Tresna Wreda Ciparay yaitu perlu upaya untuk memotivasi lansia yang menderita demensia agar mau mengikuti kegiatan yang ada di panti seperti senam dan kegiatan aktivitas fisik.

Kata Kunci : *Aktifitas fisik, Lanjut usia, Demensia*

**DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITY CENTER FOR ELDERLY
DEMENTIA IN SOCIAL PROTECTION TRESNA NURSING CIPARAY
BANDUNG DISTRICT**

**By
Asep Mulyadi**

ABSTRACT

Elderly is a period of life characterized by changes or decline in body function. Entering the old age is usually preceded by diseases which one of them is dementia. Dementia is a disease characterized by a decrease in cognitive abilities and memory that can affect daily activities. One of the causes of dementia is the lack of physical exercise. The purpose of this study was to determine the description of the physical activity in elderly who suffered from dementia at Social Protection Center Tresna Wreda Ciparay Bandung Regency. The design of this research is descriptive quantitative. Sampling technique purposive sampling counted 46 elderly people with dementia who are aged > 60 years old, healthy based on anamnesa and have no mental disorder and result of Mini Mental State Examination (MMSE) <24. The research instrument used is Physical Activities Scale for the Elderly (PASE). From the results of the study, data obtained almost all elderly dementia experienced the lack of physical activity are 26 respondents (56.5%) and elderly dementia who physical activity is good are 20 respondents (43.5%). From this research, it can be concluded that the description of the physical activity in elderly dementia at Social Protection Center Tresna Wreda Ciparay most of the activities are lack.. Recommendation for Social Protection Center Tresna Wreda Ciparay is there is effort needed to motivate elderly suffering from dementia to be willing to follow the activities of the institution such as gymnastics and physical activities.

Keywords: Physical activity, Elderly, Dementia