

ABSTRAK

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Demensia Pada Lansia Di UPTD Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara Tahun 2024
Penyusun : Nurhayanti
NIM : 223307010072
Fakultas/Program Studi : Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi Dan Ilmu Kesehatan/ Program Studi Sarjana Kedokteran
Dosen Pembimbing : Dr. dr. Qori Fadillah, M.Biomed

Demensia merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada lansia yang ditandai dengan penurunan fungsi kognitif progresif dan berdampak pada kualitas hidup. Aktivitas fisik diketahui berperan penting sebagai faktor protektif terhadap demensia dengan meningkatkan suplai oksigen ke otak, memperbaiki fungsi saraf, dan mencegah degenerasi kognitif. UPTD Lanjut Usia Binjai merupakan lembaga pelayanan sosial yang menampung lansia dengan berbagai karakteristik, sehingga menjadi lokasi yang representatif untuk meneliti hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di UPTD Lanjut Usia Binjai Dinas Sosial Provinsi Sumatera Utara tahun 2024. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 133 lansia yang dipilih secara total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Physical Activity Scale for the Elderly* (PASE) untuk mengukur aktivitas fisik, serta instrumen *Mini-Mental State Examination* (MMSE) untuk menilai status kognitif. Analisis data dilakukan secara univariat untuk distribusi frekuensi, dan bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik rendah (70,7%), sedang (21,1%), dan baik (8,3%). Status kognitif responden menunjukkan bahwa 50,4% mengalami definite demensia, 31,6% *probable* demensia, dan hanya 18,0% yang masih normal. Uji *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan bermakna antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia. Terdapat hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di UPTD Lanjut Usia Binjai. Lansia dengan aktivitas fisik rendah lebih banyak mengalami demensia dibandingkan lansia yang memiliki aktivitas fisik sedang atau baik.

Kata kunci: Aktivitas fisik, Demensia, Lansia, UPTD Lanjut Usia Binjai

ABSTRACT

Title : *The Relationship Between Physical Activity and Dementia Among the Elderly at the Binjai Elderly Social Services Unit, Social Service Office of North Sumatra Province, in 2024*

Author : *Nurhayanti*

NIM : *223307010072*

Faculty/Study Program : *Faculty of Medicine, Dentistry, and Health Sciences / Bachelor of Medicine Program*

Supervisor : *Dr. dr. Qori Fadillah, M.Biomed*

Dementia is one of the major health problems in the elderly, characterized by progressive cognitive decline that affects daily functioning and quality of life. Physical activity plays a protective role against dementia by increasing cerebral blood flow, improving neuronal function, and reducing cognitive degeneration. The Elderly Social Services Unit (UPTD Lanjut Usia) in Binjai accommodates elderly people with various characteristics, making it a representative setting to examine the relationship between physical activity and dementia. This study aimed to determine the association between physical activity and dementia among elderly residents of UPTD Lanjut Usia Binjai, North Sumatra Province, in 2024. This was an analytical quantitative study with a cross-sectional design. A total of 133 elderly respondents were included using total sampling. Physical activity levels were measured using the Physical Activity Scale for the Elderly (PASE), while cognitive status was assessed with the Mini-Mental State Examination (MMSE). Data analysis was performed using univariate methods for frequency distribution and bivariate analysis with the Spearman Rank test, with a significance level of $p < 0.05$. The findings showed that the majority of respondents had low physical activity levels (70.7%), while 21.1% had moderate activity and only 8.3% had high activity levels. Regarding cognitive status, 50.4% of respondents experienced definite dementia, 31.6% probable dementia, and only 18.0% remained cognitively normal. The Spearman Rank test revealed a significant association between physical activity and dementia ($p = 0.000$). There is a significant relationship between physical activity and dementia among the elderly at UPTD Lanjut Usia Binjai. Elderly individuals with lower levels of physical activity were more likely to experience dementia compared to those with moderate or high physical activity.

Keywords: *Physical activity, Dementia, Elderly, UPTD Lanjut Usia Binjai*