

## **SKRIPSI**

### **HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DEMENSIA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RAWANG KOTA PADANG**



**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DEMENSIA  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
RAWANG KOTA PADANG**



Penelitian Keperawatan Gerontik

**RATIH NOFRIANI**

**NIM. 2211316001**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DEMENSIA  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
RAWANG KOTA PADANG**



**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DEMENSIA  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
RAWANG KOTA PADANG**

**RATIH NOFRIANI**

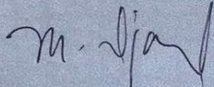
**NIM. 2211316001**

Skripsi ini telah disetujui  
Tanggal 5 Juli 2024

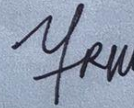
Oleh :

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



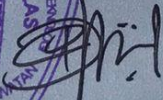
Mohd. Jamil, S.Kp. M.Biomed  
NIP. 197007051995031002



Ns. Siti Yuli Harni, M.Kep. Sp.Kep. Kom  
NIP. 198707272019032023

Mengetahui :

Ketua Prodi S1 Keperawatan  
Fakultas Keperawatan  
Universitas Andalas



Dr. Ns. Dewi Eka Putri, M.Kep. Sp.Kep.J  
NIP.197503162005012002

**PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DEMENSIA  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
RAWANG KOTA PADANG**

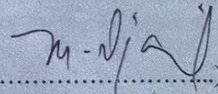
**RATIH NOFRIANI**

**NIM. 2211316001**

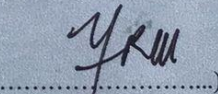
Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh panitia penguji pada Fakultas Keperawatan  
Universitas Andalas pada tanggal 18 Juli 2024

Panitia penguji,

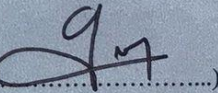
1. Mohd. Jamil, S.Kp, M.Biomed

(.....  


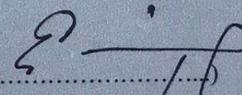
2. Ns. Siti Yuli Harni, M.Kep, Sp.Kep. Kom

(.....  


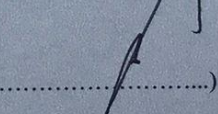
3. Gusti Sumarsih Agoes, S.Kp, M.Biomed

(.....  


4. Ns. Sovia Susianty, S.Kep., M.Kep

(.....  


5. Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep

(.....  


FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
Juli 2024

Nama : Ratih Nofriani  
NIM : 2211316001

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Demensia  
Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas  
Rawang Kota Padang

**ABSTRAK**

Proses menua mengakibatkan terjadinya banyak perubahan pada lansia, salah satunya perubahan fisik yang menyebabkan lansia mengalami perubahan pada sistem saraf, sehingga lansia berisiko mengalami demensia. Demensia dapat terjadi karena beberapa faktor risiko, salah satunya aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan risiko demensia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Rawang Kota Padang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah lansia yang berkunjung pada kegiatan integrasi PTM di Kelurahan Mata Air Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Padang berjumlah 101 orang lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner risiko demensia (MMSE) dan aktivitas fisik (PASE). Analisa data menggunakan uji *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai tengah risiko demensia adalah 25,00 dan aktivitas fisik 20,00. Terdapat hubungan yang signifikan antara risiko demensia dengan aktivitas fisik ( $p=0.000$ ) pada lansia yang memiliki arah positif ( $r=0,681$ ) artinya semakin tinggi tingkat aktivitas fisik pada lansia maka semakin tidak berisiko demensia, dengan kekuatan korelasi kuat dan besaran pengaruh aktivitas fisik terhadap risiko demensia sebesar 46,3 %. Diharapkan pihak Puskesmas Rawang dapat melakukan edukasi pada lansia dan keluarga terkait penggunaan *logbook* kegiatan sehari-hari agar lansia termotivasi untuk meningkatkan aktivitas fisik.

Kata kunci : Aktivitas fisik, risiko demensia, lansia  
Daftar Pustaka : 61 (1975-2024)

FACULTY OF NURSING  
ANDALAS UNIVERSITY  
July 2024

Name : Ratih Nofriani  
Registered Number : 2211316001

*Relationship Between Physical Activity and Risk of Dementia For  
the Elderly in the Community Health Center Working Area  
Rawang, Padang City*

**ABSTRAK**

*The aging process results in many changes in the elderly, one of which is physical changes that cause the elderly to experience changes in the nervous system, so that the elderly are at risk of developing dementia. Dementia can occur due to several risk factors, one of which is physical activity. This study aims to determine the relationship between physical activity and the risk of dementia in the elderly in the work area of the Rawang Health Center, Padang City. This research uses quantitative methods with a correlational research design and a cross-sectional approach. The sample for this research was elderly people who visited non-communicable disease integration activities in Mata Air Village, Rawang Health Center Working Area, Padang City, totaling 101 elderly people. Data collection used the spearman rank test. The result showed that the median risk value for dementia was 25.00 and for physical activity 20.00. There is a significant relationship between the risk of dementia and physical activity ( $p=0.000$ ) in the elderly which has a positive direction ( $r=0.681$ ), meaning that the more the higher the level of physical activity in the elderly, the lower the risk of dementia, with a strong correlation strength and the magnitude of the influence of physical activity on the risk of dementia of 46,3%. It is hoped that the Rawang Community Health Center can provide education to the elderly and their families regarding the use of daily activity logbooks so that the elderly are motivated to increase physical activity.*

*Key words : Physical activity, risk of dementia, elderly  
Bibliography : 61 (1975-2024)*