

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT AKTIFITAS FISIK DENGAN RISIKO KEJADIAN  
DEMENSIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA  
SABAI NAN ALUIH SICINCIN PADANG PARIAMAN  
TAHUN 2024**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan  
Pendidikan Strata 1 Keperawatan**



Sharah Alhusnah  
2014201079

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG  
TAHUN 2024**

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Sharah Alhusnah  
NIM : 2014201079  
Tempat/Tanggal Lahir : Muara Labuh, 13 Agustus 2022  
Tahun Masuk : 2020  
Program Studi : S-1 Keperawatan  
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Hidayatul Rahmi, S.Kep, M.Kep  
Nama Pembimbing I : Ns. Tomi Jepisa, S.Kep, M.Kep  
Nama Pembimbing II : Ns. Setiadi, Syarli S.Kep, M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan proposal yang berjudul : **“Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik Dengan Risiko Kejadian Demensia Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024“**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus 2024



**Sharah Alhusnah**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

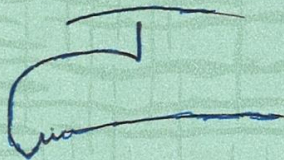
Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Sharah Alhusnah  
NIM : 2014201079  
Program Studi : S-1 Keperawatan  
Judul : Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik Dengan Risiko Kejadian Demensia Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

Padang, September 2024

Pembimbing I



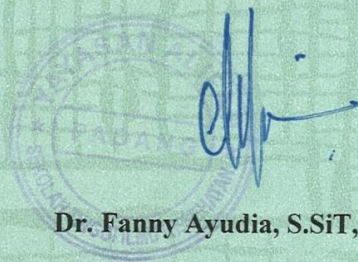
**Ns. Tomi Jepisa, M.Kep**

Pembimbing II



**Ns. Setiadi Syarli, M.Kep**

Disahkan oleh  
Ketua STIKes Alifah



**Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed**

## PERNYATAAN PENGUJI


Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Sarah Alhusnah  
NIM : 2014201079  
Program Studi : S-1 Keperawatan  
Judul : Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik Dengan Risiko Kejadian Demensia Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024


Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

### DEWAN PENGUJI

Pembimbing I  
(Ns. Tomi Jepisa, M.Kep)

  
(.....)

Pembimbing II  
(Ns. Setiadi Syarli, M.Kep)

  
(.....)


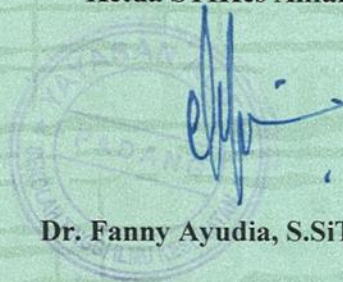
Penguji I  
(Ns. Diana Arianti, M.Kep)

  
(.....)

Penguji II  
(Ns. Helmanis Suci, M.Kep)

  
(.....)

Disahkan Oleh  
Ketua STIKes Alifah Padang

Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**  
**Skripsi, September 2024**

**Sharah Alhusnah**

**Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik Dengan Risiko Kejadian Demensia Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024**

xiii + 51 halaman + 5 tabel + 11 lampiran

**ABSTRAK**

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 insiden demensia di seluruh dunia meningkat dengan cepat. Terdapat peningkatan yang bermakna pada prevalensi demensia dengan semakin meningkatnya umur. Aktifitas fisik juga dapat membantu tubuh mencegah penurunan daya kerja otak pada lansia serta menstimulasi faktor pertumbuhan neuron yang menghambat terjadinya demensia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat aktifitas fisik dengan risiko kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2024.

Jenis penelitian kuantitatif pendekatan analitik dengan desain *cross sectional study*. Penelitian telah dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Padang pada bulan Maret – Agustus 2024. Tanggal 10 – 18 Juni 2024. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin berjumlah 110 orang dengan sampel 52 orang. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Data dianalisis secara univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh (51,9%) responden mengalami kejadian demensia. Lebih dari separuh 65,4% responden memiliki aktifitas fisik yang kurang baik. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktifitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,000$  ( $p\text{ value} < 0,05$ ).

Kesimpulan penelitian ada hubungan aktifitas fisik dengan kejadian demensia pada lansia. Disarankan kepada pihak PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman dapat melakukan secara rutin kegiatan program aktifitas fisik seperti senam dan jalan kaki.

**Kata Kunci : Aktifitas Fisik, Kejadian Demensia**

**Daftar Pustaka : 21 (2018 – 2023)**

ALIFAH PADANG COLLEGE OF HEALTH SCIENCES

Scription, September 2024

Sharah Alhusnah

*The Relationship Between Physical Activity Levels and the Risk of Dementia in the Elderly at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home in 2024*

*xiii + 51 pages + 5 tables + 11 appendices*

#### ABSTRACT

According to the World Health Organization (WHO) in 2021, the incidence of dementia worldwide is increasing rapidly. There is a significant increase in the prevalence of dementia with increasing age. Physical activity can also help the body prevent decreased brain function in the elderly and stimulate neuron growth factors that inhibit dementia. The purpose of this study was to determine the relationship between physical activity levels and the risk of dementia in the elderly at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home in 2024.

The type of quantitative research is an analytical approach with a cross-sectional study design. The study was conducted at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home in March - August 2024. The population in this study were all elderly people at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Social Home totaling 110 people with a sample of 52 people. The sampling technique was accidental sampling. Data were analyzed univariately in the form of frequency distribution and bivariate analysis using the Chi-Square statistical test.

The results showed that more than half (51.9%) of respondents experienced dementia. More than half (65.4% of respondents had poor physical activity. There is a significant relationship between physical activity and the incidence of dementia in the elderly at the Tresna Werda Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Social Home, obtained a  $p$  value = 0.000 ( $p$  value <0.05).

The conclusion of the study is that there is a relationship between physical activity and the incidence of dementia in the elderly. It is recommended that PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman regularly carry out physical activity programs such as gymnastics and walking

*Keywords : Knowledge, Family Support, Role of Health Workers*

*Bibliography : 21 (2018 – 2023)*