

Hubungan asupan zat gizi mikro, aktivitas fisik, dan latihan kecerdasan dengan kejadian demensia pada lansia di Kelurahan Depok Jaya tahun 2009

Bunga Aisyah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=126399&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan asupan zat gizi mikro, aktivitas fisik, latihan kecerdasan, dan karakteristik responden dengan kejadian demensia pada lansia di Kelurahan Depok Jaya. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional selama bulan April - Mei 2009 pada 103 lansia kelompok umur di atas 60 tahun.

Hasil penelitian menunjukkan lansia dengan asupan zat gizi mikro yang cukup disertai aktivitas fisik dan latihan kecerdasan berhubungan dengan rendahnya risiko demensia pada lansia. Kepada pihak terkait seperti Dinas Kesehatan Depok atau Puskesmas di wilayah kerja Depok agar mengembangkan KIE untuk penyuluhan mengenai sumber makanan vitamin A, vitamin E, vitamin C, FE dan Zn serta aktivitas fisik dan latihan kecerdasan untuk menurunkan risiko kejadian demensia.

<hr>

This research's aim to know the relation of micronutrients intake, physical activity, intelligence practices, and characteristic of subjects to occurrence of dementia in older adults at Depok Jaya Village. This research use cross sectional design, during April until May 2009 in 103 older adults above 60 years old.

The result show that older adults with sufficient micronutrients intake together physical activity and intelligence practices related to lower risk of dementia. To the related institutions such as health official of Depok and public health services in work region of Depok may develop KIE (communication, information and education) for the counselling about food sources of vitamin A, vitamin E, vitamin C, Fe and Zn and also physical activity, and intelligence practices to degrade occurrence dementia.