

ABSTRAK

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN PENURUNAN DAYA INGAT PADA LANSIA DI DESA KALIANGET TIMUR KECAMATAN KALIANGET

Oleh : Moh. Nabil Farid

Semakin bertambahnya usia, masalah penurunan daya ingat pada lansia masih menjadi hal yang penting untuk dibahas. Penurunan daya ingat merupakan Penurunan kemampuan untuk mengingat informasi atau pengalaman masa lalunya. Salah satu faktor resiko terjadinya penurunan daya ingat adalah gaya hidup lansia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan penurunan daya ingat lansia di Desa Kalianget Timur, Kecamatan Kalianget.

Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan menggunakan rancang penelitian *cross sectional*. Populasinya adalah seluruh lansia di Desa Kalianget Timur. Sampel yaitu sebagian lansia di Desa kalianget timur berjumlah 105 lansia. Teknik sampling yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang dipakai adalah uji korelasi *spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan, sebagian besar lansia di desa kalianget timur memiliki kerusakan intelektual ringan, yaitu sebanyak 42 orang (40%).dengan Hubungan gaya hidup dengan penurunan daya ingat pada lansia di Desa Kalianget Timur.

Hasil analisis uji statistic spearman menunjukkan $P = 0.000$ maka $p < \alpha$ (0,05). Ada hubungan antara Hubungan gaya hidup dengan dengan penurunan daya ingat pada lansia pada lansia di desa kalianget timur kecamatan kalianget.

Melihat hasil penelitian ini disarankan bagi penderita hipertensi untuk lebih memperhatikan kesehatannya serta melaksanakan semua komponen pengendalian hipertensi secara disiplin.

Kata Kunci : Gaya Hidup, Penurunan Daya Ingat, Lansia

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF LIFESTYLE WITH REMOVAL DECREASE FOR THE ELDERLY IN KALIANGET EAST VILLAGE KALIANGET DISTRICT

By : Moh. Nabil Farid

As people get older, the problem of memory loss in the elderly is still an important thing to discuss. Memory loss is a decrease in the ability to remember information or past experiences. One of the risk factors for memory loss is the lifestyle of the elderly. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and memory decline in the elderly in Kalianget Timur Village, Kalianget District.

This type of research is quantitative by using a cross sectional research design. The population is all elderly in Kalianget Timur Village. The sample is some of the elderly in the village of East Kalianget totaling 105 elderly. The sampling technique used is simple random sampling. Collecting data using a questionnaire. Analysis of the data used is the Spearman correlation test.

The results showed that most of the elderly in the village of Kalianget Timur had mild intellectual damage, as many as 42 people (40%).

The results of the statistical analysis of the Spearman test showed $P = 0.000$ then $p < \alpha (0.05)$. There is a relationship between lifestyle and memory decline in the elderly in the village of Kalianget Timur, District, Kalianget.

Seeing the results of this study, it is recommended for people with hypertension to pay more attention to their health and carry out all components of hypertension control in a disciplined manner.

Keywords: Lifestyle, Memory Loss, Elderly