

Latihan peningkatan fungsi kognitif bagi lanjut usia = Literature review: Exercise of improving cognitive function for older adult

Annafsul Muthmainnah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20508772&lokasi=lokal>

Abstrak

Berbagai penelitian telah menunjukkan berbagai jenis latihan memiliki dampak positif terhadap fungsi kognitif pada lansia. Studi literatur ini bertujuan untuk merangkum berbagai jenis latihan yang meningkatkan fungsi kognitif bagi lanjut usia dan mengusulkan program pelatihan yang efektif dalam desain eksperimental yang sesuai. Metode yang diterapkan yaitu pencarian literatur dari database Scopus, Science Direct, Proquest, dan CINAHL. Hasil pencarian dan penyeleksian diperoleh 10 artikel penelitian yang sesuai dengan kriteria. Berdasarkan analisis, latihan peningkatan fungsi kognitif pada lansia memberikan manfaat terhadap fungsi kognitif secara umum maupun spesifik pada aspek kognitif tertentu. Studi literatur ini menyarankan tenaga kesehatan khususnya perawat di tatanan komunitas ataupun panti werdha sebaiknya membuat program bagi lanjut usia yang mengalami gangguan fungsi kognitif dengan menerapkan jenis latihan fisik untuk memberikan manfaat yang lebih besar.

<hr>

Numerous studies have shown various types of exercise have a positive effect on cognitive function in older adults. This review aims to summarise various types of exercises that improve cognitive function for older adults and propose an effective exercise program within the appropriate experimental design. The method uses a literature search from Scopus, Science Direct, Proquest, and CINAHL databases. The results of the search and selection obtained ten research articles in accordance with the criteria. Based on the analysis, exercise in improving cognitive function in older adults provides benefits to cognitive function in general or specifically on certain cognitive aspects. This review suggests health providers, especially nurses in the community setting or nursing home care, should make a program for older adults who experience cognitive decline by applying physical exercise type to provide greater benefits.