

ABSTRAK

Fenomena di Posyandu lansia Wulan Erma Kelurahan Menanggal Surabaya didapatkan masalah bahwa usia yang seharusnya belum terkena demensia tetapi sudah mengalami demensia, usia yang terkena adalah 55 tahun, menurut teori resiko yang mengalami demensia adalah usia 65 tahun. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh senam lansia dan terapi *puzzle* terhadap demensia.

Jenis penelitian adalah *pra eksperimental* dengan desain *one group pra post tes*, populasi penelitian adalah seluruh lansia yang mengalami demensia di Posyandu Lansia Wulan Erma Kelurahan Menanggal Surabaya berjumlah 91 lansia dengan sampel 35 responden yang diambil secara *probability sampling*. Variabel penelitian adalah senam lansia, terapi *puzzle* dan demensia. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner MMSE dengan uji statistik *Paired Sample T-test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 35 responden lansia sebagian besar 51,4 % mengalami demensia dengan gangguan berat sebelum dilakukan senam lansia dan terapi *puzzle*, namun sesudah diberikan intervensi menunjukkan hasil 17 lansia yang mengikuti senam hampir semua 82,4 % mengalami demensia gangguan sedang dan 18 lansia yang mengikuti *puzzle* menunjukkan sebagian besar 66,7 % mengalami demensia gangguan sedang.

Simpulan adalah bahwa lansia yang mengalami demensia setelah diberikan intervensi sudah tidak mengalami gangguan demensia berat, diharapkan lansia lebih aktif dalam mengikuti kegiatan senam lansia dan terapi *puzzle*.

Kata kunci : Demensia, Lansia, *Puzzle*, Senam Lansia