

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN GANGGUAN KOGNITIF
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALIBAGOR**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Disusun oleh :

RIFA ENGGI PITULUNG

1711020185

**STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Rifa Enggi Pitulung

NIM : 1711020185

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Gangguan

Kognitif Pada Lansia di Wilayah Kerja

Puskesmas Kalibagor

Telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 10 Mei 2021

PEMBIMBING

Ns. Dedy Purwito, S. Kep., M.Sc., Ph.D

NIK. 2160153

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Rifa Enggi Pitulung

NIM : 1711020185

Program Studi : Keperawatan SI

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Gangguan

Kognitif Pada Lansia di Wilayah Kerja
Puskesmas Kalibagor

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Ns. Asiandi, S.Kep., MSc

Penguji 2 : Ns. Nur Isnaini, S.Kep., M.Kep

Penguji 3 : Ns. Dedy Purwito, S. Kep., M.Sc., Ph.D

Ditetapkan di : Purwokerto

Tanggal : 10 Mei 2021

Mengetahui:

Dekan FIKES

Dr.Ns.Umi Solikhah, S.Pd., S.Kep., M.Kep.

NIK.2160188

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rifa Enggi Pitulung
NIM : 1711020185
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, Agustus 2021
Yang membuat pernyataan



Rifa Enggi Pitulung

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah selalu tercurah hanya kepada Allah SWT, karena dengan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang merupakan salah satu syarat kelulusan dari Program Studi Ilmu Keperawatan yang diselenggarakan oleh Universitas Muhammadiyah Purwokerto dengan judul ” Hubungan Gangguan Kognitif dengan Aktivitas Fisik pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor”.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mengalami banyak kendala dikarenakan keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis, namun berkat usaha dan bimbingan dari berbagai pihak skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Dr. Ns. Jebul Suroso, M.Kep., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan ijin dilakukan penelitian.
2. Drs. H. Ikhsan Mujahid M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah menyetujui penulisan skripsi ini.
3. Ns Happy Dwi Aprilliana, S.Kep., M.Kep., selaku Kaprodi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
4. Ns., Dedy Purwito, S.Kep., M.Sc., Ph.D., selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
5. Ns. Asiandi, S.Kep., MSc., selaku penguji I yang telah memberikan berbagai klarifikasi untuk menguji kelayakan sebagai sarjana Ilmu Keperawatan
6. Ns. Nur Isnaini, S.Kep., M.Kep, selaku penguji II yang telah memberikan

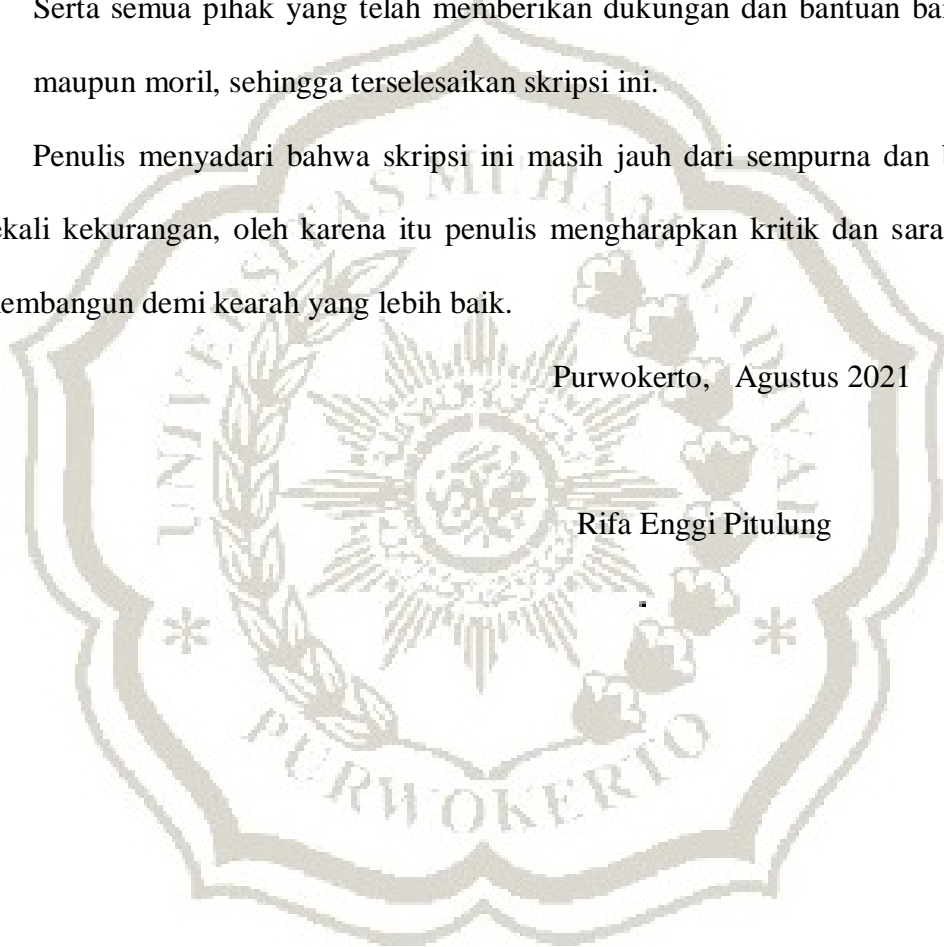
berbagai klarifikasi untuk menguji kelayakan sebagai sarjana Ilmu Keperawatan

7. Seluruh Dosen dan Karyawan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, yang telah memberikan materi yang berkaitan dengan skripsi yang penulis susun.
8. Serta semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan baik fisik maupun moril, sehingga terselesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan banyak sekali kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kearah yang lebih baik.

Purwokerto, Agustus 2021

Rifa Enggi Pitulung



HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN GANGGUAN KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALIBAGOR

Rifa Enggi Pitulung¹ Dedy Purwito²

ABSTRAK

Latar Belakang: Penurunan kondisi fisik, psikis dan kognitif merupakan berbagai persoalan yang dialami oleh lansia. Perubahan fungsi kognitif yang terjadi pada lansia dapat berupa mudah lupa (*forgetfulness*). Penurunan fungsi kognitif dapat dihambat dengan melakukan tindakan preventif. Salah satu tindakan preventif yang dapat dilakukan lansia yaitu dengan memperbanyak aktivitas fisik

Tujuan: Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan gangguan kognitif pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel *Consecutive Sampling* dengan jumlah 92 responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji spearman rank.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki usia lanjut usia (60-74 tahun) (69.6%), berjenis kelamin perempuan (55.4%) dan memiliki pendidikan dasar (50%). Aktivitas fisik lansia sebagian besar dalam kategori kurang (54.4%). Gangguan kognitif lansia sebagian besar dalam kategori ringan/tidak ada gangguan (53.3%). Ada hubungan aktivitas fisik dengan gangguan kognitif pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor dengan nilai *p value* : 0.0001.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang positif dengan kekuatan hubungan lemah antara aktivitas fisik dengan gangguan kognitif lansia.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Gangguan Kognitif, Lansia

**RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY AND COGNITIVE IMPAIRMENT
IN ELDERLY AT PUSKESMAS KALIBAGOR**

Rifa Enggi Pitulung¹ Dedy Purwito²

ABSTRACT

Background: *Decreased physical, psychic and cognitive conditions are a variety of problems experienced by the elderly. Changes in cognitive function that occur in the elderly can be easy to forget (forgetfulness). Decline in cognitive function can be inhibited by taking preventive measures. One of the preventive measures that can be done by the elderly is to increase physical activity*

Objective: *Knowing the relationship of physical activity with cognitive impairment in the elderly in the Working Area of Kalibagor Health Center*

Method: *This research is an analytical survey research with cross sectional approach. Consecutive Sampling techniques with a total of 92 respondents in accordance with the criteria of inclusion and exclusion. Research instruments using questionnaires. Analyze the data using spearman rank test.*

Results: *The results showed that most respondents were elderly (60-74 years old) (69.6%), female (55.4%) and have a basic education (50%). The physical activity of the elderly was mostly in the lesser category (54.4%). Elderly cognitive impairment was mostly in the mild/no impairment category (53.3%). There is a relationship of physical activity with cognitive impairment in the elderly in the Kalibagor Puskesmas Work Area with a value of p value: 0.0001.*

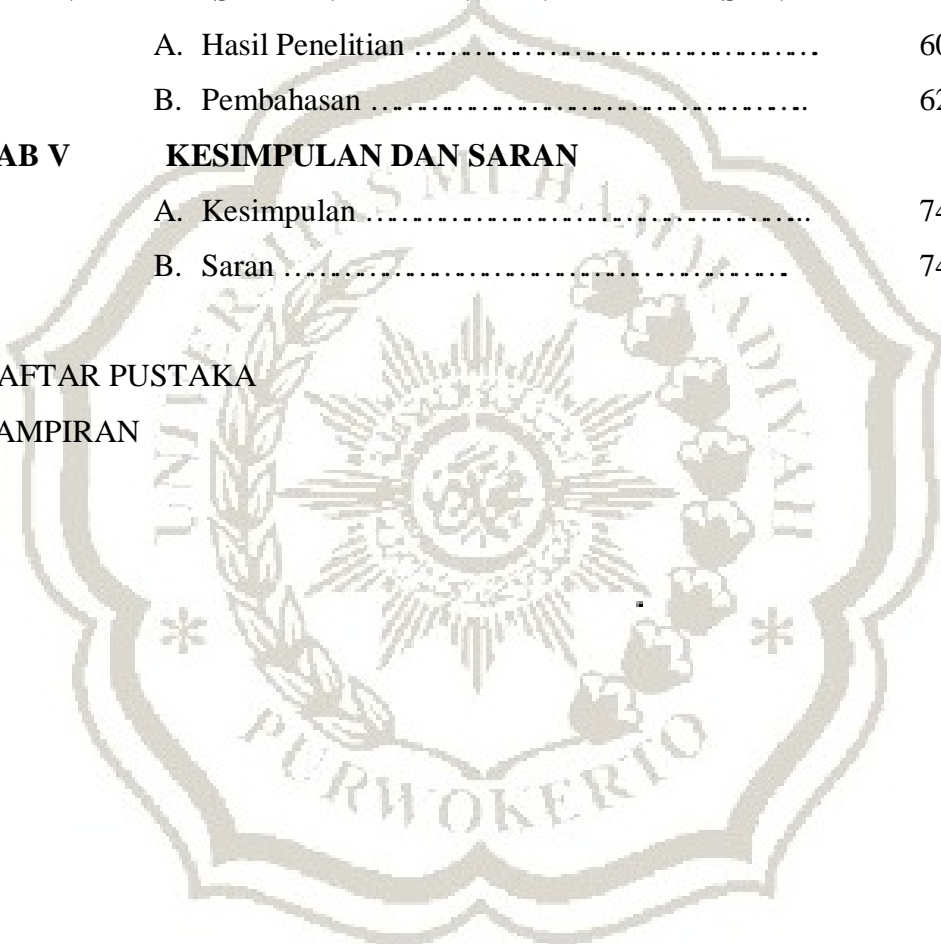
Conclusion: *There is a positive relationship with the strength of the weak relationship between physical activity and cognitive impairment of the elderly.*

Keywords: *Physical Activity, Cognitive Impairment, Elderly*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Hasil Penelitian Terdahulu	8
B. Tinjauan Teori	9
C. Kerangka Teori	42
D. Kerangka Konsep	43
E. Hipotesis	43
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	44
B. Lokasi Penelitian	44
C. Populasi dan Sampel Penelitian	45
D. Variabel Penelitian	46
E. Definisi Operasional	47

	F. Instrumen Penelitian.....	48
	G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	50
	H. Pengolahan dan Analisis Data.....	52
	I. Tahapan Penelitian	57
	J. Etika Penelitian	57
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Hasil Penelitian	60
	B. Pembahasan	62
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan	74
	B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	: Hasil Penelitian Terdahulu	8
Tabel 2.2	: Tabel MMSE	29
Tabel 3.1	: Definisi Operasional	47
Tabel 3.2	: Interpretasi Besar Koefisien Korelasi.....	56
Tabel 4.1	: Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor	60
Tabel 4.2	: Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor	61
Tabel 4.3	: Distribusi Frekuensi Gangguan Kognitif pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor	61
Tabel 4.4	: Hubungan Aktivitas Fisik dengan Gangguan Kognitif pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	: Kerangka Teori.....	42
Gambar 2.2	: Kerangka Konsep	43



LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Informasi

Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 : *Informed Consent*

Lampiran 4 : Kuesioner Penelitian

Lampiran 5 : Master Tabel Penelitian

Lampiran 6 : Hasil Penelitian SPSS

Lampiran 7 : Surat Ijin Pra Survei dari Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Lampiran 8 : Surat Balasan Ijin dari Puskesmas Kalibagor

Lampiran 9 : Lembar Konsul Skripsi

Lampiran 10 : Dokumentasi Penelitian

Lampiran 11 : Surat Izin Etik Penelitian

