

**HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS  
KOGNITIF PADA LANSIA DI POSBINDU DUSUN BETENG, SLEMAN,  
YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan  
Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



**Disusun oleh :**

**EMELDA DELFIANA**

**NPM 2214028**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA  
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN STATUS  
KOGNITIF PADA LANSIA DI POSBINDU DUSUN BETENG, SLEMAN,  
YOGYAKARTA

SKRIPSI

Diajukan oleh :

**EMELDA DELFIANA**  
2214028

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai  
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan  
di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 31 Agustus 2018

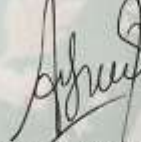
Menyetujui:

Penguji,



**Dewi Utari, M.N.S**  
NIDN: 05-1402-8602

Pembimbing,



**Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng**  
NIDN: 05-2002-8202

Mengesahkan,

a.n Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta  
Ketua Program Studi Keperawatan (S1)



**Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep., Sp.Kep., MB**  
NIDN. 05-2310-8302

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Emelda Delfiana

NPM : 2214028

Program Studi : Keperawatan (S1)

Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Status Kognitif Pada Lansia di Posbindu Dusun Beteng, Sleman Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul di atas adalah hasil karya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 31 Agustus 2018



## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Atas limpahan rahmatnya-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan penelitian ini yang berjudul, “Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Status Kognitif Pada Lansia Di Posbindu Dusun Beteng, Sleman, Yogyakarta”.

Skripsi ini telah dapat diselesaikan, atas bimbingan, arahan, bantuan berbagai pihak, dan pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Kuswanto Hardjo, M.Kes, selaku Ketua Fakultas Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Tetra Saktika Adinugraha., M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB, selaku Ketua Prodi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan dan masukan kepada penulis dalam penulisan penelitian ini.
4. Dewi Utari, S.Kep, Ners, M.N.S selaku dosen penguji atas bimbingan, saran, dan diskusinya.
5. Segenap staf pengajar Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
6. Posbindu Dusun Beteng beserta jajarannya yang telah memberikan ijin, kesempatan dan informasi kepada penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.
7. Kedua orang tua tercinta yang selalu mendoakan penulis, memberi semangat baik itu dalam bentuk moral dan material kepada penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.
8. Lansia yang bersedia menjadi responden yang sudah bersedia memberikan waktunya untuk ikut serta dalam penelitian ini.
9. Semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya

Semoga Allah SWT. Senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas amal kebaikan dan bantuannya. Akhirnya besar harapan penulis semoga penelitian ini berguna bagi semua dan tenaga kesehatan keperawatan khususnya.

Yogyakarta, Juli 2018

Emelda Delfiana

Perpustakaan  
Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori .....	
a. Lansia .....	6
b. Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia.....	17
c. Kognitif .....	25
B. Kerangka Teori.....	38
C. Kerangka Konsep.....	39
D. Hipotesis.....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	40
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	40
C. Populasi dan Subyek Penelitian .....	40
D. Variabel Penelitian .....	42
E. Definisi Operasional.....	43
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data .....	43
G. Validitas dan Reliabilitas .....	45
H. Metode Pengolahan dan Analisa Data .....	47
I. Etika Penelitian .....	50
J. Pelaksanaan Penelitian .....	51
<b>BAB IV</b>	
A. Gambaran dan Lokasi Penelitian.....	54
B. Hasil Penelitian .....	54
1. Analisa Deskriptif .....	54
2. Analisa Inferensial .....	57

C. Pembahasan	
1. Karakteristik Responden .....	57
2. Gambaran Aktivitas Fisik .....	59
3. Gambaran Kognitif Responden .....	60
4. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Kognitif.....	60
D. Keterbatasan Penelitian .....	63

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	64

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

Perpustakaan  
Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta

## DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 2.1	Penilaian MMSE .....33
Tabel 2.2	Penilaian SPMS.....34
Tabel 3.1	Definisi Operasional Penelitian.....43
Tabel 4.1	Karakteristik Responden berdasarkan Usia .....54
Tabel 4.2	Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin .....55
Tabel 4.3	Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan .....55
Tabel 4.4	Karakteristik Responden berdasarkan Perilaku Merokok.....55
Tabel 4.5	Gambaran Aktivitas Fisik .....55
Tabel 4.6	Gambaran Status Kognitif.....56
Tabel 4.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Tabulasi Silang .....56
Tabel 4.8	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Kognitif.....56

Perpustakaan  
Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta



## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	38
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	39

Perpustakaan  
Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2. Surat Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 3. Kuesioner Aktivitas Fisik Lansia (PASE)
- Lampiran 4. Kuesioner Tingkat Kognitif Lansia (MMSE)
- Lampiran 5. Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 6. Data Mentah
- Lampiran 7. Hasil Uji Statistik SPSS
- Lampiran 8. Etik Penelitian
- Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian Dari Puskesmas Sleman
- Lampiran 10. Surat Izin dari Kesbangpol Sleman
- Lampiran 11. Jadwal Bimbingan

Perpustakaan  
Universitas Jenderal Achmad Yani  
Yogyakarta