

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA
LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PADANG KANDIS
KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**



Skripsi
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai Pemenuhan
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh :

Zakiya Zulviyanda
NIM : 1610313054

Pembimbing:

dr. Fika Tri Anggraini, M.Sc, PhD
dr. Tofrizal, Sp.PA, M.Biomed, PhD

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2023**

ABSTRACT

THE CORRELATIONS OF PHYSICAL ACTIVITY WITH COGNITIVE FUNCTIONS IN THE ELDERLY IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS PADANG KANDIS KABUPATEN LIMA PULUH KOTA

By

Zakiya Zulviyanda, Fika Tri Anggraini, Tofrizal, Lili Irawati, Biomechy Oktomalia Putri, Abdiana

The increase in the number of elderly populations in the world has led to problems experienced by the elderly related to the aging process, namely the onset of degenerative diseases, one of which is a decrease in cognitive function. One of the factors that affect cognitive function is physical activity, where physical activity that is carried out regularly can inhibit the decline in cognitive function in the elderly. This study aims to determine the relationship between physical activity and cognitive function in the elderly in the working area of the Puskesmas Padang Kandis, District Lima Puluh Kota.

This type of research is an observational analytic study with a cross sectional research design. The sample of this study was obtained through *consecutive sampling* technique and obtained as many as 52 elderly people who live in the Puskesmas Padang Kandis working area. The research instrument used GPAQ to measure the level of physical activity and MoCA-Ina to measure the cognitive function of the elderly. The data analysis used is bivariate analysis with the chi-square test.

The results of this study found that 23 elderly people (44.23%) had a moderate level of physical activity and 27 elderly people (51.92%) had normal cognitive function. The test results obtained a significant relationship between physical activity and cognitive function of the elderly with a calculated p-value of 0.001 ($p < 0.05$).

The conclusion of this study is that there is a significant relationship between physical activity and cognitive function in the elderly in the working area of Puskesmas Padang Kandis, District Lima Puluh Kota.

Keywords: Physical Activity, Cognitive Function, Elderly, GPAQ, MoCA-Ina

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PADANG KANDIS KABUPATEN LIMA PULUH KOTA

Oleh

**Zakiya Zulviyanda, Fika Tri Anggraini, Tofrizal, Lili Irawati, Biomechy
Oktomalio Putri, Abdiana**

Peningkatan jumlah populasi lansia di dunia menimbulkan masalah yang dialami lansia yang berhubungan dengan proses penuaan, yaitu timbulnya penyakit degeneratif salah satunya adalah penurunan fungsi kognitif. Salah satu faktor yang memengaruhi fungsi kognitif adalah aktivitas fisik, dimana aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dapat menghambat penurunan fungsi kognitif pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain penelitian cross sectional. Sampel penelitian ini diperoleh melalui teknik *consecutive sampling* dan didapatkan sebanyak 52 orang lansia yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis. Instrumen penelitian menggunakan GPAQ untuk mengukur tingkat aktivitas fisik dan MoCA-Ina untuk mengukur fungsi kognitif lansia. Analisis data yang digunakan berupa analisis bivariat dengan uji *chi square*.

Dari hasil penelitian ini didapatkan sebanyak 23 lansia (44,23%) memiliki tingkat aktivitas fisik sedang serta 27 lansia (51,92%) memiliki fungsi kognitif yang normal. Hasil uji diperoleh hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif lansia dengan nilai p-value hitung 0,001 ($p < 0,05$)

Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kabupaten Lima Puluh Kota.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Fungsi Kognitif, Lansia, GPAQ, MoCA-Ina