

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN FUNGSI KOGNITIF  
PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA  
WERDHA JEMBER**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Helda Oktavian**

**NIM. 21102084**

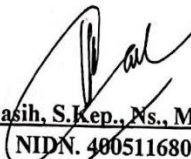
**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember” telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Helda Oktavian  
NIM : 21102084  
Hari, Tanggal : 30 Juni 2025  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Universitas dr. Soebandi

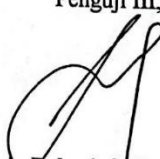
Tim Penguji,  
Ketua Penguji

  
I.G.A Karnasih, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat  
NIDN. 4005116802

Penguji II,

  
Guruh Wirasakti, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0705058706

Penguji III,

  
Jenie Palupi, S.Kp., M.Kes  
NIDN. 4019066901

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas dr. Soebandi

  
Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0719128902

# HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER

## *THE CORRELATION OF PHYSICAL ACTIVITY AND COGNITIVE FUNCTION IN THE ELDERLY AT UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER*

Helda Oktavian<sup>1</sup>, Jenie Palupi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, e-mail:  
[oktavianhelda610@gmail.com](mailto:oktavianhelda610@gmail.com)

<sup>2</sup>Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, e-mail:  
[yoga\\_jenie@yahoo.com](mailto:yoga_jenie@yahoo.com)

---

**Received:**

**Accepted:**

**Published:**

---

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** Penurunan fungsi kognitif pada lansia menjadi penyebab terbesar terjadinya ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas normal serta menjadi penyebab ketergantungan terhadap orang lain. Menurut data *World Health Organization* (WHO) 2022 prevalensi lansia dengan penurunan fungsi kognitif terdapat 121 juta lansia. **Tujuan:** Untuk menganalisis keeratan hubungan aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia. **Metode:** Penelitian observasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 105 lansia dan sampel sebanyak 52 diambil menggunakan teknik simple random sampling. Data diambil menggunakan kuesioner *Physical Activities for Elderly* (PASE) untuk mengukur aktivitas fisik dan *Montreal Cognitive Assessment* (MoCA) Ina untuk mengukur fungsi kognitif. Analisis yang digunakan yakni bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank dengan  $r < 0,05$  untuk signifikansi. **Hasil:** Dari hasil uji statistik didapat bahwa terdapat hubungan yang kuat antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia terdapat signifikansi  $< 0,001$  dan nilai korelasi sebesar 0,758 (Hubungan Kuat). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia dengan aktivitas fisik yang kurang berbanding lurus dengan kemampuan fungsi kognitif.

**Kata Kunci:** Aktivitas Fisik, Fungsi Kognitif, Lansia.