

ABSTRAK

Gangguan atau penurunan fungsi kognitif merupakan masalah yang sering terjadi pada lanjut usia, karena dipengaruhi oleh meningkatnya pembangunan dalam bidang kesehatan akan mengakibatkan bertambahnya masalah dalam lanjut usia salah satunya gangguan fungsi kognitif. Salah satu kegiatan yang dapat mengurangi penurunan fungsi kognitif adalah dengan beraktivitas fisik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik sehari-hari dengan fungsi kognitif pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Pasuruan di Lamongan. Responden dalam penelitian ini adalah lanjut usia yang telah memenuhi kriteria berjumlah 48 responden. Desain penelitian yang dilakukan adalah analitik kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dalam bentuk kuesioner *Mini Mental State Examination* (MMSE) dan *Physical Activity Scale for the Elderly* (PASE). Analisis data yang digunakan adalah analisis bivariat berupa uji *spearman*. Hasil analisis menunjukkan ada hubungan antara aktivitas fisik sehari-hari dengan fungsi kognitif pada lanjut usia (sig. (2-tailed) = 0,000).

Kata kunci: aktivitas fisik, fungsi kognitif, lanjut usia

ABSTRACT

Impairment or decline in cognitive function is a problem that often occurs in the elderly, because it is influenced by increasing development in the health sector will result in increasing problems in the elderly one of them is cognitive function disorders. One activity that can reduce the decline in cognitive function is by physical activity. The purpose of this study was to determine the relationship of daily physical activity with cognitive function in the elderly at the UPT Panti Sosial Tresna Werdha Pasuruan in Lamongan. Respondents in this study were 48 elderly who had fulfilled criteria. The research design carried out was quantitative analytic with cross sectional research design. The sampling technique uses purposive sampling. Data collection uses research instruments in the form of Mini Mental State Examination (MMSE) questionnaire and Physical Activity Scale for the Elderly (PASE). Data analysis used was bivariate analysis in the form of spearman test. The results of the analysis showed that there was a relationship between daily physical activity and cognitive function in the elderly (sig. (2-tailed) = 0,000).

Keywords: physical activity, cognitive function, elderly