

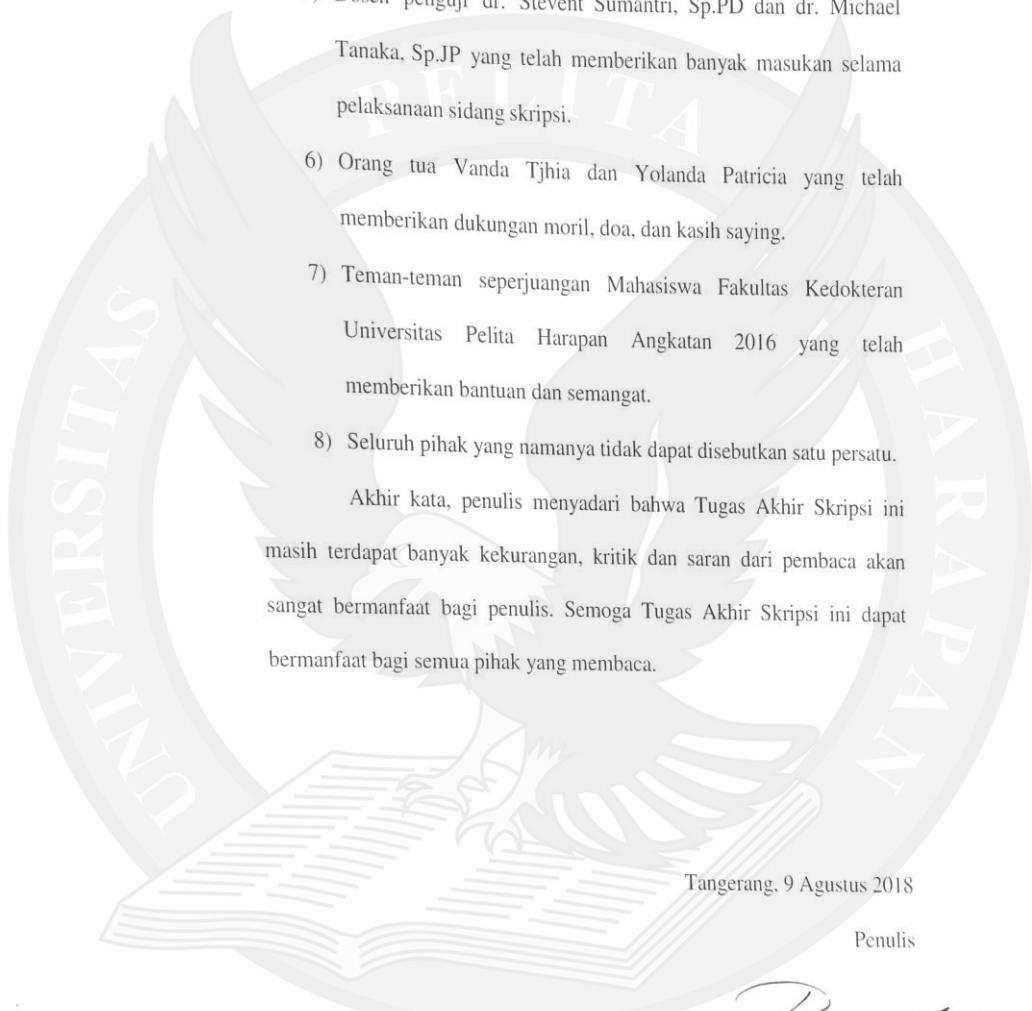
## **KATA PENGANTAR**

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat yang telah diberikan-Nya sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan.

Tugas Akhir Skripsi dengan judul “HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA GOLONGAN LANJUT USIA” ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik guna memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

Terima kasih atas bimbingan dan doa dari berbagai pihak yang telah membantu dalam proses penggerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada :

- 1) Prof. Dr. Dr. dr. Eka J. Wahjoepramono, Sp.BS, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- 2) Dr. dr. Allen Widysanto Sp.P, CTTS, FAPSR, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- 3) Dosen pembimbing dr. Flora Agustina, Sp.BA dan dr. Robert Stefanus, M.Biomed yang telah memberikan bimbingan serta memberikan masukkan kepada penulis.
- 4) Dosen penguji dr. Trowce Lista Nalle, Sp.FK yang telah memberikan banyak masukan selama sidang proposal.

- 
- 5) Dosen pengaji dr. Stevent Sumantri, Sp.PD dan dr. Michael Tanaka, Sp.JP yang telah memberikan banyak masukan selama pelaksanaan sidang skripsi.
  - 6) Orang tua Vanda Tjhia dan Yolanda Patricia yang telah memberikan dukungan moril, doa, dan kasih sayang.
  - 7) Teman-teman seperjuangan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2016 yang telah memberikan bantuan dan semangat.
  - 8) Seluruh pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu persatu.
- Akhir kata, penulis menyadari bahwa Tugas Akhir Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membaca.

Tangerang, 9 Agustus 2018

Penulis



(William Rendi Winata)

## DAFTAR ISI

### COVER

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	3
1.3 Pertanyaan Penelitian .....	3
1.4 Tujuan Penelitian .....	3
1.4.1 Tujuan Umum .....	3
1.4.2 Tujuan Khusus .....	3
1.5 Manfaat Penelitian .....	4
1.5.1 Manfaat Akademik .....	4
1.5.2 Manfaat Praktis .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	5
2.1 Aktivitas Fisik .....	5
2.1.1 Definisi .....	5
2.1.2 Tipe Aktivitas Fisik .....	5
2.1.3 Intensitas Aktivitas Fisik .....	7
2.1.4 Rekomendasi Aktivitas Fisik .....	8
2.1.5 Manfaat Aktivitas Fisik .....	10
2.2 Fungsi Kognitif .....	16
2.2.1 Definisi .....	16
2.2.2 Domain Fungsi Kognitif .....	16
2.2.3 Faktor Risiko Fungsi Kognitif .....	20
<b>BAB III KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESA</b> <b>24</b>	
3.1 Kerangka Teori .....	24
3.2 Kerangka Konsep .....	25
3.3 Hipotesis .....	25
3.4 Variabel Penelitian .....	25
3.5 Definisi Operasional .....	26
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....	29
4.1 Desain Penelitian .....	29
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
4.3 Bahan dan Cara Penelitian .....	29

4.3.1 Bahan .....	29
4.3.2 Cara Pengambilan Data .....	29
4.4 Populasi Penelitian .....	30
4.5 Pengambilan Sampel .....	30
4.6 Cara Perhitungan Sampel .....	30
4.7 Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	31
4.7.1 Kriteria Inklusi .....	31
4.7.2 Kriteria Eksklusi .....	31
4.8 Alur Penelitian .....	32
4.9 Pengolahan Data .....	33
4.10 Uji Statistik .....	33
4.11 Dana Penelitian .....	33
4.12 Jadwal Penelitian .....	34
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
5.1 Hasil Penelitian .....	35
5.1.1 Distribusi Responden .....	35
5.1.1.1 Jenis Kelamin .....	35
5.1.1.2 Usia .....	35
5.1.1.3 Pendidikan.....	36
5.1.2 Statistik Responden Penelitian Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia ( $\geq 60$ tahun) .....	37
5.1.3 Statistik Responden Penelitian antara Usia dan Fungsi Kognitif.....	40
5.2 Pembahasan .....	42
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>45</b>
6.1 Kesimpulan .....	45
6.2 Saran .....	45
<b>DAFTARPUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>51</b>

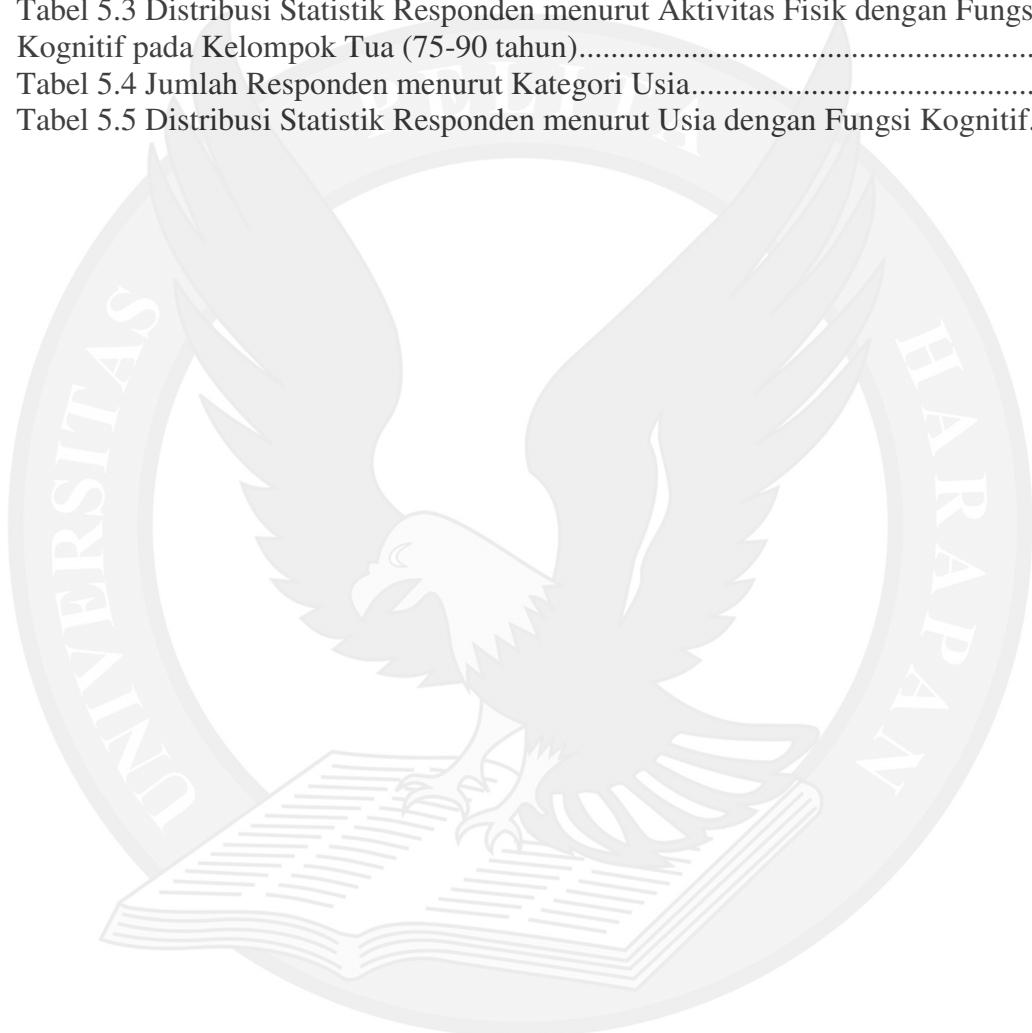
## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 3.1 Kerangka Teori.....	24
Gambar 3.2 Kerangka Konsep .....	25
Gambar 4.1 Alur Penelitian.....	32
Gambar 5.1 Distribusi Jenis Kelamin Responden Penelitian.....	35
Gambar 5.2 Distribusi Pendidikan Responden Penelitian .....	36



## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Definisi Operational .....	26
Tabel 4.1 Dana Penelitian .....	33
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian.....	34
Tabel 5.1 Distribusi Statistik Responden menurut Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia ( $\geq 60$ tahun) .....	37
Tabel 5.2 Distribusi Statistik Responden menurut Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Kelompok Usia Lanjut (60-74 tahun) .....	38
Tabel 5.3 Distribusi Statistik Responden menurut Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Kelompok Tua (75-90 tahun).....	39
Tabel 5.4 Jumlah Responden menurut Kategori Usia.....	39
Tabel 5.5 Distribusi Statistik Responden menurut Usia dengan Fungsi Kognitif.	40



## **DAFTAR SINGKATAN**

GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
MoCA-INA	: <i>Montreal Cognitive Assessment</i>
GPPAQ	: <i>General Practice Physical Activity Questionnaire</i>
MMSE	: <i>Mini Mental State Examination</i>



## **DAFTAR LAMPIRAN**

- |            |                                     |
|------------|-------------------------------------|
| Lampiran A | Keterangan Lolos Etik               |
| Lampiran B | Kuesioner GPAQ terjemahan Indonesia |
| Lampiran C | Kuesioner MoCA-INA                  |
| Lampiran D | Statistik Analitik                  |

