

**Fungsi Kognitif Dan Aktivitas Fisik Lansia Petani Di Desa Pakis
Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang**

Tugas Akhir

Repositori Institusi | Universitas Kristen Satya Wacana
repository.uksw.edu



Disusun Oleh:

Fatkhul amri al mubarroq

NIM 482016018

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU

KESEHATANUNIVERSITAS KRISTEN SATYA

WACANA SALATIGA

2022

**Fungsi Kognitif Dan Aktivitas Fisik Lansia Petani Di Desa Pakis
Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang**

Tugas Akhir

**Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh
gelar sarjana pendidikan**

Repositori Institusi | Universitas Kristen Satya Wacana
repository.uksw.edu



Disusun Oleh:

Fatkhul amri al mubarroq

NIM 482016018

1956

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU

KESEHATANUNIVERSITAS KRISTEN SATYA

WACANA SALATIGA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fatkhul Amri Al Mubarroq

NIM 482016018

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan

Rekreasi

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu

Kesehatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul :

Fungsi Kognitif Dan Aktivitas Fisik Lansia Petani Di Desa Pakis Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang

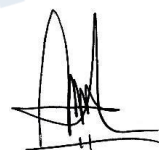
Yang dibimbing oleh :

1. Kukuh Pambuka Putra, S.Or., M.Kes
2. Ns. Rosiana Eva Rayanti, S.Kep., MSN

Adalah benar-benar karya saya.

Di dalam tugas akhir ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan atau gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang saya akui seolah-olah sebagai karya saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada Peneliti atau sumber aslinya.

Salatiga, 11 Februari 2022



Fatkhul Amri Al Mubarroq

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGASAKHIR

Sebagai civitas akademika Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fatkhul Amri Al Mubarroq
NIM : 482016018
Program studi : PJKR
Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan
Jenis Karya : Tugas Akhir

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UKSW hak bebas royalti non-eksklusif (*non-exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Fungsi Kognitif Dan Aktivitas Fisik Lansia Petani Di Desa Pakis Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang

beserta perangkat yang ada (jika perlu). Dengan hak bebas royalti non-eksklusif ini, UKSW berhak menyimpan, mengalihmediakan/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya, selama tetap mencantumkan nama saya sebagai Peneliti/pencipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya.

Salatiga, 11 Februari 2022

Yang menyatakan



Fatkhul Amri Al Mubarroq

Mengetahui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Kukuh Pambuka Putra, S.Or., M.Kes



Ns. Rosiana Eva Rayanti, S.Kep., MSN

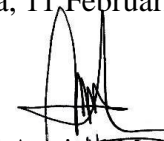
KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nyalah penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Berat Badan Siswa Obesitas di SMK Negeri 3 Salatiga” ini dapat diselesaikan dengan baik. Penyusunan tugas akhir ini dilakukan penulis dan diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Jawa Tengah. Selama penelitian dan penulisan tugas akhir ini, penulis mendapatkan banyak bimbingan, arahan, dukungan, doa, motivasi, dan semangat serta pengorbanan waktu yang telah diberikan sehingga penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Drs. David Nakka Gasong, M.Kes, selaku Dekan FKIK yang telah memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Dennys Christovel Dese, S.Psi.,MBA, selaku Ketua Program PJKRatas petunjuk dan nasehat kepada penulis.
3. Kukuh Pambuka Putra, S.Or., M.Kes, selaku dosen pembimbing I dan Ns. Rosiana Eva Rayanti, S.Kep., MSN, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dorongan kepada penulis sehingga penyusunan tugas akhir ini dapat berjalan dengan baik.
4. Seluruh dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan, serta *Staff* FKIK yang telah membantu selama perkuliahan maupun penelitian.
5. Bapak Muh Hisam, Almarhum Ibu Nur Khanah, dan Tante Umi Khabibah atas segala bantuan, bimbingan, dorongan, serta doa restu yang diberikan kepada penulis.
6. Sahabat-sahabatku remaja desa pakis dan remaja warung kopi Ginah yang selalu memberikan dukungan dan bantuan saat pembuatan tugas akhir ini.
7. Lansia petani Desa Pakis Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang atas kesediaan dan kerja samanya.
8. Kepala Desa Pakis yang mengizinkan dan membantu selama pelaksanaan penelitian

Tugas Akhir ini disusun dengan sebaik-baiknya tetapi masih terdapat kekurangan, kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak sangat saya harapkan. Akhir kata, semoga tugas akhir ini bisa bermanfaat bagi masyarakat luas, institusi dan secara khusus bagi penulis sendiri.

Salatiga, 11 Februari 2022



Fatkhul Amri Al MuBarroq

Daftar Isi

HALAMAN.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
ABSTRAK.....	vii
PENDAHULUAN.....	
METODE.....	
HASIL.....	
PEMBAHASAN.....	
SIMPULAN.....	
DAFTAR PUSTAKA.....	

1956

**FUNGSI KOGNITIF DAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA PETANI DI DESA
PAKIS KECAMATAN BRINGIN KABUPATEN SEMARANG
(COGNITIVE FUNCTIONS AND PHYSICAL ACTIVITIES IN ELDERLY FARMERS
IN PAKIS VILLAGE, DISTRICT BRINGIN, SEMARANG REGENCY)**

Fatkahul Amri Al Mubarroq^{1*}, Kukuh Pambuka Putra¹, Rosiana Eva Rayanti²

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Jl. Kartini No.11, Sidorejo Lor, Kec. Sidorejo, Kota Salatiga, Jawa Tengah 50714, Indonesia

²Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Jl. Kartini No.11, Sidorejo Lor, Kec. Sidorejo, Kota Salatiga, Jawa Tengah 50714, Indonesia

*482016018@student.uksw.edu

ABSTRAK

Fungsi kognitif pada lansia mengalami penurunan akibat proses penuaan. Sel otak seiring bertambahnya usia mengalami penurunan untuk mengingat informasi baru. Menurunnya fungsi kognitif berujung pada masalah kesehatan demensia. aktivitas fisik mampu menstimulasi fungsi kognitif, semakin tinggi aktivitas fisik, maka semakin meningkat fungsi kognitif. Aktifitas fisik yang umum dilakukan lansia di Desa Pakis, Kecamatan Beringin, Kabupaten Semarang adalah bertani. Bertani termasuk jenis aktivitas fisik sedang. Mengkaji fungsi kognitif pada petani Desa Pakis Kecamatan Bringin Kabupaten Semarang. Tujuan penelelitian ini mengkaji hubungan aktivitas fisik dan fungsi kognitif lansia yang aktif bertani. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Kriteria inklusi ialah lansia berusia 60-70 tahun, bertani, dan warga Desa Pakis. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* untuk aktifitas fisik dan *Mini Mental State Examination (MMSE)*. Data diolah dan dianalisis menggunakan uji korelasi bivariat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik terhadap fungsi kognitif lansia dengan nilai *Pearson Correlation = 0,662***. Bertani dapat menjadi aktivitas fisik bagi lansia untuk mengurangi resiko penurunan fungsi kognitif.

Kata kunci: aktivitas fisik; fungsi kognitif; petani

ABSTRACT

*Cognitive function in the elderly has decreased due to the aging process. Brain cells with age decline to remember new information. The decline in cognitive function leads to the health problem of dementia. physical activity is able to stimulate cognitive function, the higher the physical activity, the more cognitive function. The physical activity that is commonly done by the elderly in Pakis Village, Beringin District, Semarang Regency is farming. Farming is a type of moderate physical activity. Assessing cognitive function of farmers in Pakis Village, Bringin District, Semarang Regency. The purpose of this study is to examine the relationship between physical activity and cognitive function of the elderly who are active in farming. This study uses quantitative methods. Inclusion criteria were elderly aged 60-70 years old, farming, and residents of Pakis Village. Data collection used the *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)* for physical activity and the *Mini Mental State Examination (MMSE)*. The data were processed and analyzed using the bivariate correlation test. The results showed that there was a relationship between physical activity on the cognitive function of the elderly with the *Pearson Correlation value = 0.662***. Farming can be a physical activity for the elderly to reduce the risk of cognitive decline.*

Keywords: cognitive function; farmer; physical activity