

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN  
DEMENSIA DI POSYANDU LANSIA GESIK  
PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN  
SURABAYA**



**OLEH :**

**SRIANI  
NIM. 20161660123**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA  
2018**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN  
DEMENSIA DI POSYANDU LANSIA GESIK  
PUSKESMAS KREMBANGAN SELATAN  
SURABAYA**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surabaya



**OLEH :**

**SRIANI  
NIM. 20161660123**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN PROGRAM B  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA  
2018**

## **Pernyataan Tidak Melakukan Plagiat**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SRIANI  
NIM : 20161660123  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S1 Keperawatan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan, bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 31 Maret 2018

Yang menyatakan

**Sriani**

**NIM. 20161660123**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Program B Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Surabaya, 01 Maret 2018

Menyetujui,

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

Dr. Pipit Festy., S.KM, M.Kes

Asri., S.Kep, Ns, MNS

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Reliani, S.Kep, Ns, M.Kes

## PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan didepan tim pengujiskripsipada Program Studi S1 Keperawatan program B Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Pada Tanggal, 06Maret 2018

Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua	1.	Eni Sumarliyah, S.Kep, Ns, M.Kes	1. ....
Anggota	2.	Dr. Pipit Festy., S.KM, M.Kes	2. ....
	3.	Asri.,S.Kep, Ns, MNS	3. ....

Mengesahkan,

Dekan,

Dr. Mundakir, S.Kep,Ns,M.Kep

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari adanya kekurangan dan keterbatasan namun berkat bantuan, bimbingan, petunjuk serta dorongan dari semua pihak akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. dr. H. Sukadiono, MM, M.Si Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Dr. Mundakir, S.Kep,Ns,M.Kep,Selaku Dekan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Reliani S.Kep.,Ns.M.Kes, Selaku Kepala Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan
4. Dr. Pipit Festy., S.KM, M.Kes, Selaku pembimbing I untuk segala waktu yang telah diberikan, petunjuk, pengarahan kesabaran dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Asri.,S.Kep, Ns, MNS,Selaku pembimbing II yang telah membimbing dengan sabar dan memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Eni Sumarliyah, S.Kep, Ns, M.Kes, Selaku ketua penguji yang telah memberi masukan serta mengarahkan saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. dr. Dayanti Dadiningrum, Selaku Kepala Puskesmas Krembangan selatan Surabaya yang telah berkenan memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya

8. Suami dan anakku serta seluruh keluarga besar peneliti yang selalu memberikan dukungan moril, materiil dan spiritual selama menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh teman-temanku Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya dan teman-teman khususnya Program S1 Keperawatan Angkatan B12serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam pembuatanskripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, maka kritik dan saran sangat diharapkan dalam perbaikan penyusunan skripsi ini.

Surabaya,01 Maret 2018

Penulis,

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sriani, S.Kep.  
NIM : 20161660123  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan  
Program studi : S1 Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti *Non-eksklusif (Non-exclusive Royalti Free Right)* atas skripsi saya yang berjudul :

Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian demensia di Posyandu Lansia Gesik Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya.

Beserta perangkat yang ada (Jika diperlukan). Dengan hak bebas *royalty Non-eksklusif* ini, Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surabaya berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau dengan pembimbing saya sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat sebenarnya.

Dibuat : Surabaya  
Pada tanggal: 31 Maret 2018  
Yang Membuat Pernyataan,

Sriani, S.Kep  
Nim : 20161660123



## DAFTAR ISI

Halaman depan.....	i
Halaman Sampul Dalam .....	ii
Pernyataan .....	iii
Persetujuan .....	iv
Pengesahan.....	v
Kata Pengantar .....	vi
Abstrak .....	viii
Abstract .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB 1 : PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA .....	5
2.1 Konsep Aktifitas Fisik.....	5
2.1.1 Definisi Aktifitas Fisik .....	5
2.1.2 Manfaat Aktivitas Fisik terhadap Kesehatan.....	5
2.1.3 Tipe-tipe Aktivitas Fisik.....	6
2.1.4 Klasifikasi Aktivitas Fisik .....	9
2.2 Konsep Lansia.....	11
2.2.1 Definisi Lansia .....	11
2.2.2 Teori-teori Proses Menua .....	12
2.2.3 Klasifikasi Lansia .....	14
2.2.4. Karakteristik Lansia .....	15
2.2.5 Tipe Kepribadian Lansia .....	15
2.2.6 Permasalahan Psikososial Lansia .....	17
2.2.7 Proses Penuaan Berkaitan dengan Demensia.....	18
2.3 Konsep Demensia.....	19
2.3.1 Definisi Demensia .....	19
2.3.2 Penyebab demensia .....	19
2.3.3 Tahap Demensia .....	24
2.3.4 Kriteria Diagnosis Demensia.....	26
2.3.5 Klasifikasi Demensia.....	26
2.3.6 Pencegahan Demensia .....	28
2.4 Kerangka Konseptual .....	32
2.5 Hipotesis.....	33

BAB 3 : METODE PENELITIAN .....	34
3.1 Desain/Rancangan Penelitian .....	34
3.2 Kerangka Kerja (frame work) .....	35
3.3 Populasi Sampel dan Sampling .....	36
3.3.1 Populasi .....	36
3.3.2 Sampel .....	36
3.3.3 Sampling .....	37
3.4 Identifikasi Variabel .....	37
3.4.1 Variabel independen/ variabel bebas .....	38
3.4.2 Variabel dependen/ variabel terikat .....	38
3.5 Definisi Operasional .....	38
3.6 Pengumpulan Data dan Analisa Data .....	40
3.6.1 Pengumpulan data .....	40
3.6.2 Analisa data .....	41
3.7 Etika Penelitian .....	44
3.7.1 Lembar informasi .....	44
3.7.2 Lembar persetujuan pada responden ( <i>informed consent</i> ) .....	45
3.7.2 Tanpa nama ( <i>anonymity</i> ) .....	45
3.7.3 Kerahasiaan ( <i>confidentiality</i> ) .....	45
BAB 4 : HASIL DAN PEMBAHASAN .....	46
4.1 Data Umum .....	46
4.2 Data Khusus .....	49
4.3 Pembahasan .....	51
4.3.1 Identifikasi aktivitas fisik lansia di Posyandu Lansia .....	51
4.3.2 Identifikasi kejadian demensia padalansia di Posyandu Lansia .....	52
4.3.3 Analisa hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian demensia .....	53
BAB 5 : KESIMPULAN DAN SARAN .....	56
5.1 Kesimpulan .....	56
5.2 Saran .....	56
5.3 Keterbatasan .....	57
DAFTAR PUSTAKA .....	59
LAMPIRAN .....	62

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual .....	32
Gambar 3.1 Kerangka Kerja .....	35

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Nilai PAR ( <i>Physical Activity Ratio</i> ).....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	38
Tabel 4.1 Distribusi responden berdasarkan umur lansia .....	47
Tabel 4.2 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin lansia .....	47
Tabel 4.3 Distribusi responden berdasarkan pendidikan lansia .....	48
Tabel 4.4 Distribusi responden berdasarkan pekerjaan lansia .....	48
Tabel 4.5 Distribusi responden berdasarkan aktifitas fisik lansia.....	49
Tabel 4.6 Distribusi responden berdasarkan tingkat dimensia.....	49
Tabel 4.7 Hasil uji statistik hubungan aktivitas fisik dengan kejadiandemensia .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Rekomendasi dari Badan Kesatuan Bangsa
- Lampiran 2 : Surat Balasan dari Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya
- Lampiran 3 : Lembar Informasi Untuk Responden
- Lampiran 4 : Lembar Persetujuan menjadi Responden
- Lampiran 5 : Format Pengumpulan data
- Lampiran 6 : Tabulasi Data Responden
- Lampiran 7 : Hasil SPSS 24.0

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi V*. Jakarta : RinekaCipta
- \_\_\_\_\_. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi VI. Jakarta : RinekaCipta
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI. (2013). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Jakarta : Depkes RI
- Badan Pusat Statistik RI. (2010). *Sensus Penduduk Tahun 2010*. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Bahtiyar, Lutfi. (2011). *GDS: Hadidan Kris Pranaka. 2010. Buku Ajar Boedhi Darmojo GERIATRI*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Boedhi Darmojo dan M. Hadi. (2010). *Geriatric: Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Brunner and Suddarth. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, edisi 8 volume 2. Jakarta : EGC.
- Chris, Ardern. (2015). *Journal The Role of Physical Activity in the Prevention and Management of Alzheimer's Disease—Implications for Ontario*. Ontario Brain institute.
- Depkes, RI. (2006). *Lakukan Aktivitas Fisik 30 Menit Sehari*. Jakarta: Depkes RI.
- Depkes RI. (2006). *Pengembangan Promosi Kesehatan di Daerah*. Jakarta : Pusat Promosi Kesehatan. Jakarta: Depkes RI.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga
- Grande, Et all. (2014). *Journal Physical Activity Reduces the Risk of Dementia in Mild Cognitive Impairment Subjects: A Cohort Study*.
- Guure, Chris B. et all. (2016). *Journal Impact of Physical Activity on Cognitive Decline, Dementia, and Its Subtypes: Meta-Analysis of Prospective Studies*. Serdang Selangor Malaysia: Universiti Putra Malaysia
- Hidayat, A. Azis Alimul. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- \_\_\_\_\_. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kesehatan*. Health Books Publising: Surabaya

- Kemenkes RI.(2010). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2010-2014*. Jakarta: KemenkesRI.
- Maryam, Siti, dkk.(2011). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta :SalembaMedika.
- Nugroho, W.(2000).*KeperawatanGerontik, Edisi-2*. Jakarta: EGC.
- \_\_\_\_\_. (2008). *KeperawatanGerontik&Geriatrik, Edisi-3*. Jakarta: EGC.
- Nursalam.(2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*.Jakarta:SalembaMedika.
- PutriWiditaMuharyani.(2010). *Demensia danGangguanAktivitasKehidupanSehari-hari (Aks) Lansia di PantiSosialTresnaWerdhaWargatamaInderalaya*.*JurnalIlmuKesehatan Masyarakat*.Volume 1, No.1, Maret, 2010.
- Santrock, JW. (2011). *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketigabelas Jilid II*. Jakarta : Erlangga.
- Sari,Mega.(2014). *JurnalHubunganaktifitasfisik dan aktifitas kognitif terhadapkejadiandimensiapadalansiakecamatanBoja*.S1 KeperawatanStikesNgudiWaluyo.
- Saryono.(2010). *Kumpulan Instrumen Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta :NuhaMedica.
- Stanley, M., &Beare, P. G.(2006). *Buku Ajar KeperawatanGerontik*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2007). *Statistik untuk Penelitian*. Jawa Barat: Alfa Beta
- Susanti, Nunung.(2017)*Medical Record UPTD Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya*
- \_\_\_\_\_.(2017). *Pencatatan dan Pelaporan Data Kunjungan Pasien Posyandu Lansia Gesik*. UPTD Puskesmas Krembangan Selatan Surabaya
- Turana, Yuda.(2006). *Merawat Demensia*. RS.Atmajaya :Artikel.
- Wahyuni, Anisa, KhairunNisa.(2016). *Jurnal Pengaruh Aktivitas dan Latihan Fisik terhadap Fungsi Kognitif pada PenderitaDemensia*. Fakultas Kedokteran. FK Universitas Lampung.

Wardani, Arum.(2016). *Hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia wanita di posyandu lansia desa kemukus kecamatan gombang kabupaten kebumen*.S1 Keperawatan. STIK Muhammadiyah Gombang

Wiliyanarti, PF. (2016). *Pengembangan Indikator Dan Indeks Kesejahteraan Lanjut Usia Di Surabaya*. Disertasi Thesis, Universitas Airlangga, Surabaya.