

**PENGARUH SENAM OTAK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA
DI DESA WONOHARJO KECAMATAN ROWOKELE
KABUPATEN KEBUMEN**

Skripsi

**Sebagian Persyaratan Untuk Mencapai Derajat Sarjana S1
Minat Utama Program Studi Ilmu Keperawatan**



Disusun Oleh:

Teguh Tandy Hermawan

NIM: A11200835

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
GOMBONG**

2016

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, Juli 2016



Teguh Tendency Hermawan



HALAMAN PERSETUJUAN

Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini Menyatakan Bahwa
Skripsi Yang Berjudul:

PENGARUH SENAM OTAK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI DESA WONOHARJO KECAMATAN ROWOKELE KABUPATEN KEBUMEN

Disusun Oleh:

Teguh Tedy Hermawan

NIM: A11200835

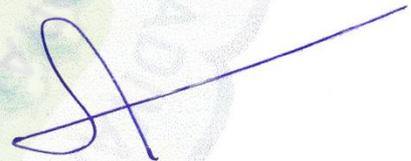
Telah disetujui dan dinyatakan
telah memenuhi persyaratan untuk diujikan.

Pembimbing I



(Hendri Tamara Yuda, M.Kep.Ns)

Pembimbing II



(Sawiji, S.Kep., Ns, M.Sc)

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



(Isma Yuniar, M.Kep)

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul

PENGARUH SENAM OTAK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI DESA WONOHARJO KECAMATAN ROWOKELE KABUPATEN KEBUMEN

Disusun Oleh:

Teguh Tedy Hermawan

NIM: A11200835

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 20 Juli 2016.

Susunan Dewan Penguji:

1. Tri Sumarsih, S.Kep.Ns.,MNS (Penguji I)
2. Hendri Tamara Yuda, M.Kep.Ns (Penguji II)
3. Sawiji, S.Kep., Ns, M.Sc (Penguji III)

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



(Isma Yuniar, M.Kep)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen”. Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW sehingga peneliti mendapat kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Sehubungan dengan itu penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. M. Madkhan Anis, S.Kep, Ns, selaku Ketua STIKES Muhammadiyah Gombong.
2. Isma Yuniar, M.Kep, selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong
3. Hendri Tamara Yuda, M.Kep.Ns, selaku pembimbing I yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan.
4. Sawiji, S.Kep., Ns, M.Sc, selaku pembimbing II yang telah berkenan memberikan bimbingan dan pengarahan.
5. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, penulis ucapkan terimakasih atas bantuan dan dukungannya.

Semoga bimbingan dan bantuan serta dorongan yang telah diberikan mendapat balasan sesuai dengan amal pengabdianya dari Allah SWT. Tiada gading yang tak retak, maka penulis mengharap saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca dalam rangka perbaikan selanjutnya. Akhir kata semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Gombong, Juli 2016

Penulis

MOTTO

Sesuatu yang belum di kerjakan, seringkali nampak mustahil kita baru yakin kalau kita sudah berhasil melakukannya dengan baik (Evelyn Underhill)

Janganlah lemah, dan jangan pula kamu bersedih hati padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya, jika kamu memang benar-benar orang yang beriman (Qs. Ali imron : 139)

Sesungguhnya manusia berada dalam kerugian apabila tidak mau mengisi waktu dengan perbuatan-perbuatan (Qs. Al'ash)

Sebaik baiknya manusia adalah yang berguna bagi sesamanya (Al hadits)

Jadi diri sendiri, cari jati diri, berlatih hidup mandiri, tetap optimis, tetap bersyukur apapun yang sudah kita dapat biarkan semuanya mengalir seperti air sesekali liat kebelakang untuk melanjutkan perjalanan yang tiada berujung, SEMANGAT (Penulis)

PERSEMBAHAN

Dengan segala puja dan puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa dan atas dukungan dan do'a dari orang-orang tercinta, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya khaturkan rasa syukur dan terimakasih saya kepada:

1. Tuhan YME, karena hanya atas izin dan karuniaNya maka skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya. Puji syukur yang tak terhingga pada Tuhan penguasa alam yang meridhoi dan mengabulkan segala do'a.
2. Bapak Martoyo (Alm) dan Ibu Sainem, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan do'a dan tiada do'a yang paling khusuk selain do'a yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan orang tua, karena itu terimalah persembaha bakti dan cinta ku untuk kalian bapak ibuku.
3. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing, penguji dan pengajar, yang selama ini telah tulus dan ikhlas meluangkan waktunya untuk menuntun dan mengarahkan saya, memberikan bimbingan dan pelajaran yang tiada ternilai harganya, agar saya menjadi lebih baik. Terimakasih banyak Bapak dan Ibu dosen, jasa kalian akan selalu terpatri di hati.
4. Saudara saya (Kakak dan Adik), yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, senyum dan do'anya untuk keberhasilan ini, cinta kalian adalah memberikan kobaran semangat yang menggebu, terimakasih dan sayang ku untuk kalian.
5. Sahabat dan Teman Tersayang, tanpa semangat, dukungan dan bantuan kalian semua tak kan mungkin aku sampai disini, terimakasih untuk canda tawa, tangis, dan perjuangan yang kita lewati bersama dan terimakasih untuk kenangan manis yang telah mengukir selama ini. Dengan perjuangan dan kebersamaan kita pasti bisa! Semangat!!

Terimakasih yang sebesar-besarnya untuk kalian semua, akhir kata saya persembahkan skripsi ini untuk kalian semua, orang-orang yang saya sayangi. Dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna untuk kemajuan ilmu pengetahuan di masa yang akan datang, Amin.

**PROGRAM STUDY S1 KEPERAWATAN
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**
Skripsi, Juli 2016

**PENGARUH SENAM OTAK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA
LANSIA DI DESA WONOHARJO KECAMATAN ROWOKELE
KABUPATEN KEBUMEN**

Teguh Tendy Hermawan¹⁾ Hendri Tamara Yuda²⁾ Sawiji³⁾

ABSTRAK

Latar Belakang : Saat ini jumlah kelompok lanjut usia (usia ≥ 60 tahun di Indonesia adalah sebesar 8,5% dari jumlah penduduk. Meningkatnya populasi lansia dapat menimbulkan masalah-masalah penyakit pada lanjut usia. Banyak orang yang merasa terbantu melepaskan stres, menjernihkan pikiran dan meningkatkan daya ingat dengan melakukan senam otak.

Tujuan : Mengetahui pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment*. Sampel berjumlah 29 lansia menggunakan *purposive sampling*. Data dianalisa menggunakan analisa deskriptif, korelasi menggunakan paired t-test.

Hasil : Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan (65.5%) dan berusia 66-70 tahun (44.8%). Sebagian besar responden sebelum dilakukan senam otak dengan fungsi kognitif kategori probable gangguan kognitif (69.0%). Sebagian besar responden sesudah dilakukan senam otak dengan fungsi kognitif kategori probable gangguan kognitif (75.9%).

Kesimpulan: Penelitian ini menyimpulkan adanya pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen ($p=0.000$).

Kata Kunci : *senam otak, fungsi kognitif, lansia*

BACHELOR OF NURSING PROGRAM
MUHAMMADIYAH HEALTH SCIENCE INSTITUTE OF GOMBONG
Research, July 2016

**THE EFFECT OF BRAIN GYMNASTICS ON COGNITIVE FUNCTION
OF ELDERLY IN WONOHARJO, ROWOKELE, KEBUMEN**

Teguh Tendy Hermawan¹⁾ Hendri Tamara Yuda²⁾ Sawiji³⁾

ABSTRACT

Background: Currently, the number of elderly aged 60 years old or more in Indonesia is 8.5% of the population. Increasing number of elderly population may lead to disease problems among them. It is helpful to release stress, clear the mind, and improve memory by doing brain gymnastics.

Objective: To determine the brain gymnastics on cognitive function of elderly in Wonoharjo, Rowokele, Kebumen.

Methods: This study used a quasi experimental research. The samples were 29 elderly people taken by purposive sampling technique. Data were analyzed using descriptive analysis continued by correlation analysis using paired t-test.

Results: This study resulted in the finding that most respondents were female (65.5%) and aged 66-70 years old (44.8%). Most respondents prior to brain exercise they had cognitive impairment as probable category (69.0%). Most respondents who have done gymnastics brain had cognitive impairment as probable category (75.9%).

Conclusion: The brain gymnastics is effective to improve the cognitive function of the elderly in Wonoharjo, Rowokele, Kebumen.

Keywords: *brain gymnastics, cognitive function, elderly*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
1. Lansia	7
2. Demensia.....	9
3. Senam Otak.....	11
4. Kognitif	19
B. Kerangka Teori	23
C. Kerangka Konsep.....	23
D. Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN	25

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel	25
C. Variabel Penelitian.....	26
D. Definisi Operasional	27
E. Instrumen Penelitian	27
F. Uji Validitas dan Uji Reabilitas	28
G. Pengolahan Data dan Analisa	28
H. Etika Penelitian.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Penelitian	31
B. Pembahasan	34
BAB IV Kesimpulan dan Saran	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	23
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	23



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional	27
Tabel 3.2	Kisi-Kisi Kuesioner Fungsi Kognitif.....	28
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen .	27
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen	27
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Fungsi Kognitif Sebelum Dilakukan Senam Otak di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen	27
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Fungsi Kognitif Setelah Dilakukan Senam Otak di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen	27
Tabel 4.5	Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen	27

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Konsultasi Pembimbing
- Lampiran 3. Lembar Kuesioner
- Lampiran 4. Hasil Uji Statistik
- Lampiran 5. Tabulasi Penelitian



BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini jumlah kelompok lanjut usia (usia \geq 60 tahun di Indonesia adalah sebesar 8,5% dari jumlah penduduk. Diperkirakan pada Tahun 2020 nanti akan meningkat menjadi sebesar 11,34%. Indonesia memiliki jumlah warga lanjut usia keempat terbanyak di dunia, setelah Cina, India, dan Amerika Serikat (Kosasih dkk., 2012).

Provinsi Jawa Tengah sebagai salah satu Provinsi besar dengan jumlah penduduk lanjut usia pada tahun 2015 mencapai 9.6%. Angka tersebut jauh diatas jumlah lansia Nasional yang hanya 7.6% pada tahun 2015. Usia harapan hidup mencapai 64.9 tahun, dimana penduduk lansia wanita rata-rata 67.2 tahun dan pria 63.8 tahun (Depkes RI, 2015). Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen Tahun 2015 mencatat jumlah lanjut usia laki-laki sebanyak 107.550 orang dan perempuan sebanyak 109.959 orang. Tercatat di Puskesmas Rowokele bulan Januari 2016 di Kecamatan Rowokele Jumlah lanjut usia ada 10.001 orang yang terdiri dari laki-laki 4.740, perempuan 5.261, khususnya di Desa Wonoharjo ada 696 lanjut usia.

Meningkatnya populasi lansia dapat menimbulkan masalah-masalah penyakit pada lanjut usia. Menurut Departemen Kesehatan tahun 1998 terdapat 7,2% populasi usia lanjut 60 tahun keatas untuk kasus demensia. Sebanyak 5% usia lanjut 65-70 tahun menderita demensia dan akan meningkat dua kali lipat setiap 5 tahun mencapai lebih 45% pada usia diatas 85 tahun (Nugroho, 2008).

Banyak orang yang merasa terbantu melepaskan stres, menjernihkan pikiran dan meningkatkan daya ingat dengan melakukan senam otak. Senam otak berguna untuk melatih otak. Latihan otak akan membuat otak bekerja atau aktif. Menurut penelitian, otak seseorang yang aktif (suka berfikir) akan lebih sehat secara keseluruhan dari orang yang tidak atau jarang menggunakan otaknya. Pada teorinya sesuatu organ yang aktif akan

memerlukan pasokan oksigen dan protein. Jika pasokan itu lancar maka bisa dikatakan organ tersebut sehat (Yanuarita, 2012).

Menurut ahli senam otak sekaligus penemu senam otak, dari lembaga Educational Kinesiology Amerika Serikat Paul E. Denisson Ph.D., meski sederhana, senam otak mampu memudahkan kegiatan belajar dan melakukan penyesuaian terhadap ketegangan, tantangan dan tuntutan hidup sehari-hari. Selain itu senam otak juga bisa mengoptimalkan perkembangan dan potensi otak serta meningkatkan kemampuan berbahasa dan daya ingat. Pada lansia, penurunan kemampuan otak dan tubuh membuat tubuh mudah jatuh sakit, pikun dan frustrasi. Meski demikian, penurunan ini bisa diperbaiki dengan melakukan senam otak. Senam otak tidak saja akan memperlancar aliran darah dan oksigen ke otak, tetapi juga merangsang kedua belahan otak untuk bekerja (Yanuarita, 2012).

Senam otak ini sangat penting dilakukan dalam membantu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia, dengan melakukan senam otak dapat memacu otak agar tidak kehilangan daya intelektual serta awareness-nya. Senam otak ini dapat memulihkan kembali kondisi orang yang pelupa karena pada dasarnya pusat-pusat sistem kewaspadaan atau *reticulo activating system* yang terdapat pada batang otak bisa diaktifkan lagi (Bandiyah, 2009).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 orang lansia seluruhnya mengalami penurunan fungsi kognitif (daya ingat). Ketika ditanya “hari ini hari apa” dan tanggal lahir mereka, 2 diantaranya tidak bisa mengingat dengan baik. Ketika peneliti menyuruh lansia mengingat nama anak-anaknya sendiri, 1 diantaranya lupa dan 2 lainnya bisa menyebutkan nama-nama anaknya tetapi tidak urut dari urutan kelahiran. Di Desa Wonoharjo belum pernah dilakukan latihan kognitif (senam otak). Namun, di Desa Wonoharjo sudah ada wadah yang dapat mendukung untuk kegiatan seperti kegiatan senam lansia di posyandu lansia. Melihat manfaat dari latihan kognitif (senam otak) terhadap peningkatan daya ingat dan berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “ pengaruh senam otak terhadap

fungsi kognitif pada lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan alasan pemilihan judul diatas, maka rumusan masalah yang ada adalah “ Apakah ada pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia sebelum intervensi senam otak di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen.
- b. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia setelah intervensi senam otak di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi Ilmu Keperawatan khususnya keperawatan gerontik mengenai upaya peningkatan fungsi kognitif pada lansia melalui senam otak.

2. Bagi Pengguna

a. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi perawat agar dapat mengembangkan asuhan keperawatan guna meningkatkan fungsi kognitif pada lansia.

b. Bagi Keluarga dan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi kepada keluarga dan masyarakat tentang proses penuaan, penurunan fungsi kognitif dan upaya dalam meningkatkan fungsi kognitif.

c. Bagi Peneliti

Mendapat pengalaman nyata dalam melakukan penelitian sehingga dapat memberikan manfaat bagi semua pihak dan sebagai penerapan tentang teori yang telah didapat dibangku kuliah.

E. Keaslian Penelitian

1. Handayani (2013) melakukan penelitian dengan tema “Pesantren lansia sebagai upaya meminimalkan risiko penurunan fungsi kognitif pada lansia di balai rehabilitasi sosial lansia unit II Pucang Gading Semarang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aktivitas spiritual terhadap tingkat kognitif lansia di Balai Rehabilitasi Sosial Mandiri Unit II Pucang Gading Semarang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimental. Desain penelitian ini adalah desain pre dan post. Penentuan sampel menggunakan teknik consecutive sampling, dimana terdapat kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian yang digunakan adalah The Short Portable Status Mental Questionnaire (SPSMQ) untuk mengukur status kognitif dan kuisisioner spiritual Khalil A Khavari untuk mengukur frekuensi ibadah dan nilai spiritual pada lansia. Sampel penelitian berjumlah 30 orang dari 115 lansia dengan gangguan kognitif ringan hingga sedang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan selama dua bulan, disimpulkan bahwa terdapat pengaruh aktivitas spiritual terhadap fungsi kognitif pada lansia. Pada lansia perempuan, peningkatan fungsi kognitif mencapai 31,25 % dan pada lansia laki-laki, peningkatan kognitif mencapai 60%

2. Prasetya (2012) melakukan penelitian dengan tema “Penurunan tingkat depresi klien lansia dengan terapi kognitif dan senam latih otak di Panti Wredha”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi kognitif dan senam otak terhadap tingkat depresi lansia di Panti Wredha. Metode penelitian quasi experiment, desain pre-post test design with control group. Sampel penelitian secara purposive sampling berjumlah 56 responden, terdiri 28 responden kelompok intervensi dan 28 responden kelompok kontrol. Instrumen penelitian untuk mengetahui tingkat depresi menggunakan kuesioner Geriatric Depression Scale yang berjumlah 15 pertanyaan. Hasil penelitian didapatkan tingkat depresi menurun lebih bermakna pada kelompok intervensi yang mendapatkan terapi kognitif dan senam otak dibanding kelompok kontrol yang hanya mendapat terapi kognitif yaitu selisih 1,18 poin ($p < 0,005$, $\alpha = 0,05$). Rekomendasi terapi kognitif dan senam latih otak menjadi bagian program kerja lansia di puskesmas dan panti

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, dkk. (2011). *Penyakit di Usia Tua*. Jakarta : EGC.
- A. Aziz. Alimul Hidayat. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan & Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Anggriana Tri & Atikah Proverawati. (2010). *Senam Kesehatan (Aplikasi Senam Untuk Kesehatan*. Yogyakarta : Muha Medika.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arisman. (2014). *Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Bandiyah, (2009). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Mulia Medika
- BKKBN. (2008). *Indonesia Memasuki Era Lansia*. Jakarta : EGC.
- Darmojo, Boedhi. (2011). *Geriatric : Ilmu Kesehatan Usia Lanjut (Edisi 4)*. Jakarta : EGC.
- Davidson. (2006). *Psikiatri I*. Jakarta : EGC.
- Dennison, Paul E., Gail E. Dennison. (2008). *Buku Panduan Lengkap Brain Gym Senam Otak*. Jakarta: Grasindo
- Dorland, W.A.N. (2008). *Kamus Kedokteran Dorland Edisi 29*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Bustan, M.N. (2010). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Fianti, Atiko. (2007). *Brain gym (Senam Otak)*. Jakarta : Kencana.
- Franc Andri Yanuarita. (2012). *Memaksimalkan Otak Melalui Senam Otak (Brain Gym)*. Sukoharjo : Teranova Books
- Glei, dkk. (2005). *International Journal Epidemiology*.
- Goldman, H.H. (2010). *Review of General Psychiatry : An Introduction to Clinical Medicine 5 th ed*. Singapore : McGraw-Hill.
- Kosasih, E. N. (2012). *Menuju Bahagia di Usia Lanjut*. Jakarta: Pusat Kajian Nasional Masalah Lanjut Usia.

- Kuntjoro. (2012). *Gangguan Psikologis dan Perilaku Pada Dimensia*. Jakarta : Kencana.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nugroho, Wahyu. (2008). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: EGC
- Papalia, dkk. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan) edisi IX (terjemahan oleh A.K Anwar)*. Jakarta : Kencana.
- Riwidikdo. (2007). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Bina Pustaka.
- Sarafino, Edward P., Timothy W. Smith. (2012). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions Seventh edition*. United States of Americ
- Setiati, dkk. (2006). *Proses Menua dan Implikasi Kliniknya*. Jakarta : Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam. Fakultas Kedokteran. Universitas Indonesia : 1335-1340.
- Soejono, C. Setiati, S. Nasrun, M. Silaswati, S. (2011). *Pedoman Pengelolaan Kesehatan Pasien Geriatri*. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.
- Sondakh. (2008). *Mengenal Penyakit Dimensia*. Jakarta : Kencana.
- Sugiyono. (2006). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfa Beta.
- Tammase, Jumraini. (2009). *Senam Otak*. Jakarta : Kencana.
- Yaffe, dkk. (2011). *Prospective Study of Physical Activity an Cognitive Decline in Elderly Women, Arch Intem Me*. 161 (14) : 1703-1708.
- Watson, R. (2013). *Perawatan Pada Lansia*. Jakarta: EGC.

Lampiran



SAP
(SENAM OTAK PADA LANSIA)

A. Topik/Judul : Pelatihan Fungsi Kognitif

B. Sub topik : Pelatihan senam otak

C. Hari/Tanggal : 17 Juni – 27 Juni

D. Waktu : 40 Menit,

E. Sasaran : Lansia Dengan Demensia

F. Pelaksanaan : Teguh Tendy Hermawan

G. Tujuan :

1. Tujuan Intruksional Umum

Diketuinya pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan demensia

2. Tujuan Intruksional Khusus

- a. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia dengan demensia sebelum intervensi senam otak
- b. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia dengan demensia setelah intervensi senam otak

H. Metode :

1. lansia di bagi menjadi dua kelompok
2. setiap kelompok di latih senam otak selama 5 kali dengan waktu dua hari sekali latihan
3. pada hari pertama dan hari terakhir pelatihan responden di ukur terlebih dahulu fungsi kognitifnya

I. Media :

1. buku dan alat tulis
2. kertas

J. Strategi dan Pelaksanaan

NO	KEGIATAN	PESERTA	MEDIA	WAKTU
1	Pendahuluan a. Salam b. Perkenalan c. Menjelaskan maksud dan tujuan d. Kontrak waktu	Menjawab Merespon Merespon Menyetujui		10 menit
2.	Penyajian/Inti Pelaksanaan Pelatihan senam Otak	Melaksanakan		25 menit
3.	Penutup Salam	Menjawab		5 menit
4.	Evaluasi Menncaatat jaalannya pelatihan senam otak			

Senam Otak	
STANDARD OPERSIONAL PROSEDUR	
PENGERTIAN	Rangkaian latihan berbasis gerakan tubuh sederhana
TUJUAN	<p>1. Tujuan Umum</p> <p style="padding-left: 40px;">Diketuainya pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan dimensia</p> <p>2. Tujuan Khusus</p> <p style="padding-left: 40px;">a. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia dengan dimensia sebelum intervensi senam otak</p> <p style="padding-left: 40px;">b. Mengetahui fungsi kognitif pada lansia dengan dimensia setelah intervensi senam otak</p>
KEBIJAKAN	Pasien dengan kecenderungan gangguan deemensia
PETUGAS	Perawat
PERALATAN	
PROSEDUR PELAKSANAAN	<p>A. Tahap PraInteraksi</p> <p style="padding-left: 40px;">1. Melakukan pengecekan program terapi</p> <p>B. Tahap Orientasi</p> <p style="padding-left: 40px;">1. Memberikan salam pasien dan sapa nama pasien</p> <p style="padding-left: 40px;">2. Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan</p> <p>C. Tahap Kerja</p> <p style="padding-left: 40px;">Melatih gerakan Senam Otak</p> <p style="padding-left: 80px;">a. Gerakan Silang</p> <p style="padding-left: 80px;">b. Olangan Pinggul</p> <p style="padding-left: 80px;">c. Pengisi Energi</p> <p style="padding-left: 80px;">d. Menguap Berenergi</p> <p style="padding-left: 80px;">e. Luncuran Gravitasi</p> <p style="padding-left: 80px;">f. Tombol Imbang</p> <p style="padding-left: 80px;">g. Tombol Bumi</p> <p style="padding-left: 80px;">h. Kait Relaks</p> <p>D. Tahap Terminasi</p> <p style="padding-left: 40px;">1. Melakukan evaluasi jalannya kegiatan</p> <p style="padding-left: 40px;">2. Menuttup kegiatan</p> <p style="padding-left: 40px;">3. salam</p>

PENJELASAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Teguh Tendy Hermawan
NIM : A11200835
Alamat : Desa Wonoharjo RT 03/05, Kec.Rowokele Kab. Kebumen
Status : Mahasiswa Program S1 Keperawatan sekolah Tinggi Ilmu kesehatan Muhammadiyah Gombang

Bermaksud untuk melakukan penelitian tentang ‘Pengaruh Senam Otak terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kec.Rowokele Kab.Kebumen’’. Metode Penelitian ini menggunakan Kuantitatif *Quast Experiment* atau *Experiment semu*, yaitu dengan cara menggunakan kuisisioner dan kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbulnya sebagai akibat dari suatu perlakuan tertentu. Oleh karena itu, berikut ini saya akan menjelaskan beberapa hal terkait dengan penelitian yang akan saya lakukan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Senam Otak terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kec.Rowokele Kab.Kebumen’’. Adapun manfaat penelitian ini secara garis besar adalah untuk mengetahui pengaruh senam otak terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan dimensia. responden dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami Dimensia di Desa Wonoharjo.

Pengambilan data dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan kuisisioner. Berisi 11 pertanyaan yang harus dijawab oleh responden. Selama proses pengisian kuisisioner responden didampingi oleh peneliti. Apa bila ada pertanyaan yang tidak dimengerti oleh responden, peneliti akan membantu membacakan kuisisioner dan menjelaskan maksud dan arti pertanyaan tersebut. Kuesioner yang telah diisi lengkap kemudian diminta kembali oleh peneliti dan dilanjutkan dengan proses pengolahan data.

Penelitian ini tidak akan berdampak negatif pada siapapun. Peneliti akan menjunjung tinggi hak-hak responden, responden berhak untuk mengajukan keberatan kepada peneliti jika terdapat hal-hal yang tidak berkenan dan selanjutnya akan dicari penyelesaian masalahnya berdasarkan kesepakatan antara peneliti dan responden.

Untuk menjaga kerahasiaan responden, pelaporan hasil penelitian ini nantinya akan menggunakan kode, bukan nama sebenarnya dari responden. Semua catatan dan data yang berhubungan dengan penelitian ini hanya digunakan dalam penelitian dan selanjutnya akan dimusnahkan setelah penelitian selesai. Responden diberi kesempatan untuk menanyakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini. Bila sewaktu-waktu membutuhkan penjelasan lebih lanjut dapat menghubungi peneliti pada no.087848422263.

Gombong, Juni 2016

Teguh Tedy Hermawan



LEMBAR PERMINTAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth

Responden Penelitian di Desa Rowokele

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir program pendidikan S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong, maka saya :

Nama : Teguh Tendency Hermawan

NIM : A11200835

Program Studi : S1 Keperawatan

Akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Senam Otak terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kec.Rowokele Kab.Kebumen”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi Pengaruh Senam Otak terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kec.Rowokele Kab.Kebumen. Manfaat penelitian ini untuk lansia yaitu meningkatkan fungsi kognitif pada lansia yang mengalami dimensia. Dalam penelitian ini, responden hanya diminta untuk mengisi kuisisioner yang akan didampingi oleh peneliti dan tidak memberikan tindakan, sehingga diharapkan tidak ada kerugian yang muncul.

Berdasarkan hal tersebut, saya mengharapkan partisipasi saudara menjadi responden dalam penelitian ini. Atas perhatian, bantuan dan kerjasamanya saudara saya ucapkan terimakasih.

Gombong, Juni 2016

Hormat saya,

Teguh Tendency Hermawan

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Pengaruh Senam Otak terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kec.Rowokele Kab.Kebumen

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nomor Responden :

Umur :

Jenis kelamin :

telah mendapatkan penjelasan mengenai penelitian berjudul “Pengaruh Senam Otak terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kec.Rowokele Kab.Kebumen” yang dilakukan oleh Teguh Tedy Hermawan dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong dan saya telah memahaminya dengan baik.

Dengan ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian tersebut diatas secara suka rela dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Gombong, Juni 2016

Responden

PROSEDUR PANDUAN PELAKSANAAN SENAM OTAK

1. Lansia dalam keadaan rileks. Musik terdengar mengalun dari audio player.

2. Gerakan I:

Lansia dalam posisi berdiri. Kaki dan tangan digerakkan secara berlawanan, seperti pada gerakan jalan di tempat, dapat pula dilakukan sambil menyentuhkan tiap tangan ke lutut yang berlawanan secara bergantian. Gerakan ini dilakukan selama 1 menit.



3. Gerakan II:

Duduk di lantai. Posisi tangan ke belakang, menumpu ke lantai dengan siku di tekuk. Angkat kaki sedikit lalu oleng-olengkan pinggul ke kiri dan ke kanan dengan rileks. Bila tidak dapat melakukan di lantai, dapat dilakukan dengan menggunakan kursi, dengan cara berpegangan pada sisi-sisi kursi atau lengan-lengannya untuk menyangga badan sewaktu mengangkat kaki dan bergoyang. Gerakan ini dilakukan sebanyak 6 kali hitungan.



4. Gerakan III:

Duduk nyaman di kursi, kedua lengan bawah dan dahi diletakkan di atas meja. Tangan ditempatkan di depan bahu dengan jari-jari menghadap sedikit ke dalam. Ketika menarik napas, rasakan nafas mengalir ke garis tengah seperti pancuran energi, mengangkat dahi, kemudian tengkuk, dan terakhir punggung atas. Diafragma dan dada tetap terbuka dan bahu tetap rileks. Lakukan gerakan ini sebanyak 6 kali hitungan.



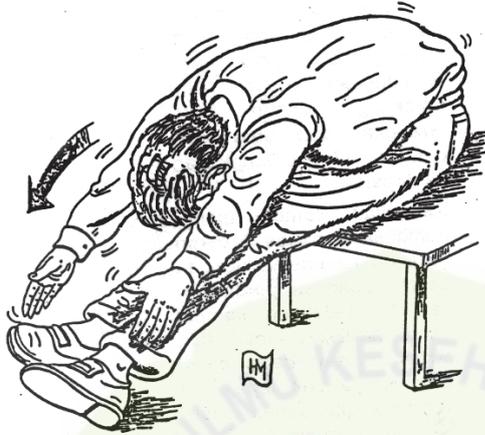
5. Gerakan IV:

Dalam keadaan duduk, ketika seolah-olah menguap, tutup mata rapat-rapat dan pijat pipi setingkat geraham atas dan bawah. Otot yang terasa dekat geraham atas berperan membuka mulut, sedangkan pada geraham bawah berperan menutupnya. Ulangi gerakan ini tiga hingga enam kali.



6. Gerakan V:

Duduk nyaman di kursi dan silangkan kaki. Tundukkan badan dengan lengan ke depan bawah. Buang napas ketika turun dan ambil napas ketika naik. Ulangi tiga kali. Lakukan dengan posisi kaki berganti-ganti.



7. Gerakan VI:

Duduk di kursi. Sentuhkan dua jari ke belakang telinga, pada lekukan di belakang telinga sementara tangan satunya lagi menyentuh pusar selama ± 30 detik, lalu ganti dengan tangan yang satu untuk menyentuh Tombol Imbang yang lain.



8. Gerakan VII:

Dalam keadaan duduk, ujung jari salah satu tangan menyentuh bawah bibir, ujung jari lainnya di pinggir atas tulang kemaluan (± 15 cm di bawah pusar). Di sentuh selama 30 detik atau 4-6 kali tarikan napas penuh. Lakukan dengan benapas dengan perlahan dan dalam serta merasakan relaksasinya.



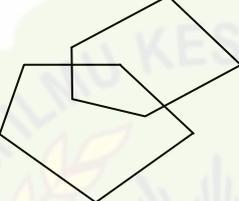
9. Gerakan VIII:

Pada posisi duduk, silangkan kaki kiri di atas kaki kanan, kemudian julurkan tangan ke depan, lalu silangkan pergelangan tangan kiri ke atas tangan kanan, kemudian kedua tangan saling menggenggam dan meletakkannya di dada. Pejamkan mata dan bernapas dalam dan rileks selama 1 menit, dan saat menarik napas, lidah ditempelkan ke langit-langit mulut dan lepaskan saat mengembuskan napas. Berikutnya, buka silangan kaki, dan ujung jari kedua tangan saling bersentuhan secara halus di dada atau di pangkuan, sambil mengambil napas dalam 1 menit lagi.



Fungsi Kognitif

NO	LANGKAH/KEGIATAN (TES)	NILAI MAKS	NI-LAI
I. ORIENTASI			
1	Sekarang (tahun), (musim), (bulan), (tanggal), (hari) apa?	5	
2	Kita berada dimana? (negara), (propinsi), (kota), (rumah sakit), (lantai/kamar)	5	
II. REGISTRASI			
3	Sebutkan 3 buah nama benda (apel, meja, koin), tiap benda 1 detik, klien diminta mengulangi ketiga nama benda tadi. Nilai 1 untuk tiap nama benda yang benar. Ulangi sampai pasien dapat menyebutkan dengan benar dan catat jumlah pengulangan	3	
III. ATENSI DAN KALKULASI			
4	Kurangi 100 dengan 7. Nilai 1 untuk tiap jawaban yang benar. Hentikan setelah 5 jawaban. Atau disuruh mengeja terbalik kata "WAHYU" (nilai diberi pada huruf yang benar sebelum kesalahan; misalnya uyahw = 2 nilai)	5	
IV. MENINGAT KEMBALI (RECALL)			
5	Klien disuruh menyebut kembali 3 nama benda di atas	3	
V. BAHASA			
6	Klien disuruh menyebutkan nama benda yang ditunjukkan (pensil, buku)	2	
7	Klien disuruh mengulang kata-kata: "namun", "tanpa", "bila"	1	
8	Klien disuruh melakukan perintah: "Ambil	3	

	kertas ini dengan tangan anda, lipatlah menjadi dua dan letakkan di lantai”		
9	Klien disuruh membaca dan melakukan perintah ”Pejamkanlah mata anda”	1	
10	Pasien disuruh menulis dengan spontan Gangguan menulis disebut agrafia	1	
VI. KONSTRUKSI			
11	Klien diminta meniru gambar ini 	1	
INTERPRETASI SKOR MMSE:			
24 – 30 : NO COGNITIVE IMPAIRMENT/ NORMAL			
17 – 23 : MILD COGNITIVE IMPAIRMENT/ PROBABLE GANGGUAN KOGNITIF			
0 – 16 : SEVERE COGNITIVE IMPAIRMENT/ DEFINITE GANGGUAN KOGNITIF			

Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Fungsi Kognitif	29	9	22	17.72	3.184
Post Fungsi Kognitif	29	10	25	20.28	3.261
Valid N (listwise)	29				

T-Test

Paired Samples Statistics

Pair	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
1 Pre Fungsi Kognitif	17.72	29	3.184	.591
1 Post Fungsi Kognitif	20.28	29	3.261	.606

Paired Samples Correlations

Pair	N	Correlation	Sig.
1 Pre Fungsi Kognitif & Post Fungsi Kognitif	29	.888	.000

Paired Samples Test

Pair		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
1	Pre Fungsi Kognitif - Post Fungsi Kognitif	-2.552	1.526	.283	-3.132	-1.971	-9.007	28	.000

Frequencies

Statistics

		Pre Fungsi Kognitif	Post Fungsi Kognitif	Jenis Kelamin	Usia
N	Valid	29	29	29	29
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

Pre Fungsi Kognitif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Probable Gangguan Kognitif	20	69.0	69.0	69.0
	Definite Gangguan Kognitif	9	31.0	31.0	100.0
	Total	29	100.0	100.0	

Post Fungsi Kognitif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	4	13.8	13.8	13.8
	Probable Gangguan Kognitif	22	75.9	75.9	89.7
	Definite Gangguan Kognitif	3	10.3	10.3	100.0
	Total	29	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	10	34.5	34.5	34.5
	Perempuan	19	65.5	65.5	100.0
	Total	29	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	59-65 Tahun	3	10.3	10.3	10.3
	66-70 Tahun	13	44.8	44.8	55.2
	> 70 Tahun	13	44.8	44.8	100.0
	Total	29	100.0	100.0	

no	responden	Jenis Kelamin		Usia		tabulasi kuisioner Pre fungsi kognitif											Kategori	skala		
		JK	Skala	Tahun	Skala	item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10	item 11			Total	
1	Tn T	L	1	72	>70 Tahun	3	3	2	3	2	2	1	2	1	1	0	0	18	Probable Gangguan Kognitif	2
2	Tn P	L	1	73	>70 Tahun	3	3	2	3	3	2	1	3	1	1	0	0	22	Probable Gangguan Kognitif	2
3	Tn T	L	1	70	66-70 Tahun	2	2	3	4	2	2	1	3	1	0	0	1	22	Probable Gangguan Kognitif	2
4	Ny T	P	2	72	>70 Tahun	3	2	1	3	3	2	1	2	2	0	0	0	18	Probable Gangguan Kognitif	2
5	Ny P	P	2	73	>70 Tahun	3	4	3	3	2	2	1	3	1	0	0	0	22	Probable Gangguan Kognitif	2
6	Ny M	P	2	69	66-70 Tahun	2	4	3	3	2	2	1	3	1	0	0	0	22	Probable Gangguan Kognitif	2
7	Ny R	P	2	68	66-70 Tahun	2	0	1	3	2	1	1	2	0	0	0	1	14	Definite Gangguan Kognitif	3
8	Ny K	P	2	69	66-70 Tahun	2	4	1	3	3	2	1	2	1	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2
9	Tn I	L	1	74	>70 Tahun	3	3	2	2	2	2	1	3	0	0	0	0	18	Probable Gangguan Kognitif	2
10	Ny S	P	2	73	>70 Tahun	3	1	1	3	0	1	1	3	0	0	0	0	12	Definite Gangguan Kognitif	3
11	Tn M	L	1	70	66-70 Tahun	2	2	2	2	1	2	1	2	1	0	0	0	15	Definite Gangguan Kognitif	3
12	Ny S	P	2	74	>70 Tahun	3	3	2	3	2	2	1	3	1	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2
13	Ny D	P	2	69	66-70 Tahun	2	3	3	3	3	2	1	3	0	0	0	0	21	Probable Gangguan Kognitif	2
14	Ny S	P	2	72	>70 Tahun	3	2	3	2	2	2	1	2	1	0	0	0	17	Probable Gangguan Kognitif	2
15	Ny A	P	2	72	>70 Tahun	3	3	4	2	1	2	1	1	1	0	0	0	17	Probable Gangguan Kognitif	2
16	Ny D	P	2	60	59-65 Tahun	1	4	1	2	1	1	0	1	1	0	0	0	15	Definite Gangguan Kognitif	3
17	Ny T	P	2	59	59-65 Tahun	1	4	4	3	2	2	0	1	1	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2
18	Ny B	P	2	70	66-70 Tahun	2	3	2	2	2	2	1	2	0	0	0	0	16	Definite Gangguan Kognitif	3
19	Ny D	P	2	74	>70 Tahun	3	3	2	2	2	2	1	2	1	0	0	0	16	Definite Gangguan Kognitif	3
20	Ny A	P	2	70	66-70 Tahun	2	1	2	1	0	2	0	1	0	0	0	0	14	Definite Gangguan Kognitif	3
21	Tn B	L	1	69	66-70 Tahun	2	3	3	3	0	2	1	2	1	0	0	0	22	Probable Gangguan Kognitif	2
22	Tn D	L	1	73	>70 Tahun	3	4	4	3	2	2	1	3	1	0	0	0	21	Probable Gangguan Kognitif	2
23	Tn F	L	1	70	66-70 Tahun	2	4	3	3	2	2	1	2	1	0	0	0	16	Definite Gangguan Kognitif	3
24	Ny S	P	2	73	>70 Tahun	3	3	2	4	2	2	1	3	1	0	0	0	21	Probable Gangguan Kognitif	2
25	Ny W	P	2	68	66-70 Tahun	2	4	4	3	1	1	1	1	1	0	0	0	18	Probable Gangguan Kognitif	2
26	Tn M	L	1	73	>70 Tahun	3	3	2	3	2	1	2	0	0	0	0	0	17	Probable Gangguan Kognitif	2
27	Tn D	L	1	68	66-70 Tahun	2	4	2	3	1	2	1	2	0	0	0	0	17	Probable Gangguan Kognitif	2
28	Ny B	P	2	68	66-70 Tahun	2	4	3	3	2	2	1	2	0	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2
29	Ny S	P	2	59	59-65 Tahun	1	4	3	3	2	2	1	2	1	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2

no	responden	tabulasi kuisioner Post fungsi kognitif										Total	Kategori	Skala		
		item 1	item 2	item 3	item 4	item 5	item 6	item 7	item 8	item 9	item 10				item 11	
1	Tn T	4	2	3	3	3	2	1	2	1	0	0	0	21	Probable Gangguan Kognitif	2
2	Tn P	4	3	3	2	3	2	1	3	1	1	0	1	23	Probable Gangguan Kognitif	2
3	Tn T	3	2	3	4	3	3	1	3	1	0	0	1	23	Probable Gangguan Kognitif	2
4	Ny T	2	1	3	3	3	2	1	3	1	0	0	1	20	Probable Gangguan Kognitif	2
5	Ny P	3	3	3	2	3	2	1	3	1	0	0	0	21	Probable Gangguan Kognitif	2
6	Ny M	4	4	3	3	3	3	1	3	1	0	0	1	25	Fungsi Kognitif Normal	1
7	Ny R	1	1	3	3	2	1	1	3	1	0	0	1	15	Definite Gangguan Kognitif	3
9	Ny K	4	2	3	3	3	2	1	3	1	0	0	0	22	Probable Gangguan Kognitif	2
10	Tn I	3	2	3	2	3	2	1	3	1	0	0	0	20	Probable Gangguan Kognitif	2
11	Ny S	2	1	3	1	1	2	1	3	0	0	0	0	14	Definite Gangguan Kognitif	3
12	tn M	2	2	3	3	3	2	1	3	0	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2
13	ny S	4	3	3	3	3	2	1	3	1	1	0	1	22	Probable Gangguan Kognitif	2
14	Ny D	3	3	3	4	3	2	1	3	1	0	0	0	23	Probable Gangguan Kognitif	2
15	ny S	3	3	3	3	3	2	1	2	1	0	0	0	21	Probable Gangguan Kognitif	2
16	Ny a	4	4	3	3	3	2	1	1	1	0	0	0	20	Probable Gangguan Kognitif	2
17	Ny D	4	4	3	2	2	2	1	2	1	0	0	1	22	Probable Gangguan Kognitif	2
18	Ny T	4	4	3	2	3	2	1	2	1	1	1	1	24	Fungsi Kognitif Normal	1
19	Ny B	4	3	3	1	2	2	1	2	0	0	0	0	18	Probable Gangguan Kognitif	2
20	Ny D	4	3	3	2	2	2	1	1	0	0	0	0	18	Probable Gangguan Kognitif	2
21	Ny A	2	2	2	1	1	2	0	0	0	0	0	0	10	Definite Gangguan Kognitif	3
22	Tn B	3	3	3	1	2	2	1	2	1	0	0	0	17	Probable Gangguan Kognitif	2
23	Tn D	5	4	3	2	3	2	1	3	1	0	0	0	24	Fungsi Kognitif Normal	1
24	Tn F	4	4	3	2	2	2	1	3	1	1	1	1	24	Fungsi Kognitif Normal	1
25	Ny S	4	3	3	1	2	2	1	3	0	1	0	0	20	Probable Gangguan Kognitif	2
26	Ny W	5	4	3	3	0	3	1	1	0	0	0	0	19	Probable Gangguan Kognitif	2
27	Tn M	4	3	3	3	1	2	1	2	1	1	1	1	21	Probable Gangguan Kognitif	2
28	Tn D	5	3	3	1	2	2	1	2	0	0	0	1	20	Probable Gangguan Kognitif	2
29	Ny B	4	4	3	2	3	2	1	2	0	0	0	1	22	Probable Gangguan Kognitif	2
30	Ny S	4	3	3	2	2	2	1	2	0	0	0	1	20	Probable Gangguan Kognitif	2



**LEMBAGA PENELITIAN PENGEMBANGAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433, 473750, Gombong, 54412

Website : www.stikesmuhgombong.com E-mail : stikesmuhgombong@yahoo.com

Nomor : 126.1/IV.3.LP3M/A/II/2016

Gombong, 13 Februari 2016

Lamp : -

Hal : Permohonan Ijin

Kepada Yth :

Kepala Desa Wonoharjo

Kec. Rowokele Kab. Kebumen

di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Teriring do'a semoga kita dalam melaksanakan tugas sehari-hari senantiasa mendapat perlindungan dari Allah SWT. Amin.

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penelitian bagi mahasiswa Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Gombong, dengan ini kami mohon kesediaannya untuk memberikan ijin kepada mahasiswa kami :

Nama : Teguh Tedy Hermawan

NIM : A11200835

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia Dengan Demensia di Desa Wonoharjo Kec. Rowokele Kab. Kebumen

Keperluan : Studi Pendahuluan

Demikian atas perhatian dan ijin yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Ketua

Lembaga Penelitian Pengembangan dan
Pengabdian Masyarakat



H. Sarwono, SKM

NIK : 98013



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH
(BAPPEDA)**

Jl. Veteran No. 2 Telp/Fax. (0287) 381570, Kebumen - 54311

Kebumen, 17 Juni 2016

Nomor : 071 - 1 / 295 / 2016

Lampiran : -

Hal : Ijin Penelitian

Kepada:

Yth. Kepala Desa Wonoharjo Kec. Rowokele
di

T e m p a t

Menindaklanjuti surat rekomendasi Bupati Kebumen nomor 072/793/2016 tanggal 17 Juni 2016 tentang Ijin Penelitian/Survey, maka dengan ini diberitahukan bahwa pada Instansi/wilayah Saudara akan dilaksanakan penelitian oleh :

1. Nama / NIM : TEGUH TENDY HERMAWAN / A11200835
2. Pekerjaan : Mahasiswa STIKES Muhammadiyah Gombang
3. Alamat : Desa Wonoharjo RT/RW 3/5 Kec. Rowokele, Kab. Kebumen
4. Penanggung Jawab : Hendri Tamara Yuda, S.Kep., NS
5. Judul Penelitian : Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif pada Lansia dengan Dimensia di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen
6. Waktu : 17 Juni 2016 s/d 26 Juni 2016

Dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

- a. Pelaksanaan survey/penelitian tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah.
- b. Setelah survey/penelitian selesai diharuskan melaporkan hasil-hasilnya kepada BAPPEDA Kabupaten Kebumen.

Demikian surat ijin ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

A.n. KEPALA BAPPEDA KABUPATEN KEBUMEN
Kabid Litbang Statistik dan Pengendalian,

Drs. PAMUNGKAS T. WASANA, M.Si

Pembina

NIP. 19730110 199203 1 001

Tembusan : disampaikan kepada Yth.

1. Camat Rowokele
2. Yang bersangkutan;
3. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
KECAMATAN ROWOKELE
DESA WONOHARJO
Alamat jl.Mahameru Km 1 Kode pos 54472

SURAT KETERANGAN
NOMOR :.....

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sri Budi Murnianto
Jabatan : Kepala Desa Wonoharjo
Alamat : Wonoharjo, Rt/Rw 01/02, Kecamatan Rowokel, Kabupaten
Kebumen

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Teguh Tandy Hermawan
Nim : A11200835
Tempat, Tgl Lahir : Kebumen, 24 november 1990
Alamat : Wonoharjo, Rt/Rw 03/05, Kecamatan Rowokel, Kabupaten
Kebumen
Pekerjaan : Mahasiswa STIKes Muhamadiyah Gombang
Semester/jurusan : VIII/s1 Keperawatan

Telah melakukan penelitian di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen pada tanggal 17 Juni s.d 26 Juni 2016. Demikian surat keterangan ini kami buat untuk melengkapi persyaratan pembuatan skripsi dengan judul "Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognitif pada lansia dengan Demensia Di Desa Wonoharjo Kecamatan Rowokele Kabupaten Kebumen"

Wonoharjo, Juni 2016

Kepala Desa Wonoharjo



Sri Budi Murnianto

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI
 S1 KEPERAWATAN STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG
 2015 / 2016

NAMA : Teguh Tandy Hermawan

NIM : A11200835

PEMBIMBING 1 : Hendri Tamara Yuda S.Kep, Ns, M.Kep

NO	TANGGAL	PEMBAHASAN	TTD
1	16/2-16	- konsul judul	
2	22/3-16	- BAB I Latar belakang - BAB III Dm gupie	
3	10/5-16	- Ace uji pur	
4	13/6-16	- Ace retri - layout penerbitan	
5	28/6-16	- BAB IV - retri (jensi kel. umur)	
6	29/6-16	- retri rumah retri - Ace sidog.	

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

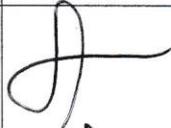
S1 KEPERAWATAN STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG

2015 / 2016

NAMA : Teguh Tandy Hermawan

NIM : A11200835

PEMBIMBING 2 : Sawiji S.Kep, Ns, M.Sc

NO	TANGGAL	PEMBAHASAN	TTD
1	16/2-2015	- Pemilihan judul / tema penelitian keperawatan	
2	10/1-2016	- Spesifikasi / perlakuan rd lansia, jurnal pendukung	
3	28/1-2015	- Pilih treatment senam otak.	
4	11/2-2016	- Perbaiki rujukan / kutipan ilmiah - Siapkan instrument Brain gym yg cocok y/lansia. - Email ke sawijiamami@gmail.com	

29