

**HUBUNGAN AKTIVITAS SPIRITUAL DAN KETERATURAN SENAM
LANSIA DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS ADIPALA I TAHUN 2022**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL –IRSYAD CILACAP
2022**

**HUBUNGAN AKTIVITAS SPIRITUAL DAN KETERATURAN SENAM
LANSIA DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS ADIPALA I**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Al-Irsyad Cilacap**

Oleh :

LUTFIATUL AMINAH

NIM.108118061

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL –IRSYAD CILACAP
2022**

**HALAMAN PERNYATAAN
ORISINILITAS KEASLIAN PENELITIAN**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Lutfiatul Aminah

NIM : 108118061

Tanda Tangan :

Tanggal : Agustus 2022



HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN AKTIVITAS SPIRITUAL DAN KETERATURAN SENAM
LANSIA DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA HIPERTENSI
DIPUSKESMAS ADIPALA 1

SKRIPSI

Disusun Oleh :

LUTFIATUL AMINAH

NIM. 108118061

Skripsi ini Telah Disetujui :

Tanggal

Pembimbing Utama : Sodikin, M.Kep., Sp.Kep.KMB ()

Pembimbing Anggota : Dr. Opi Irawansah, M.Pd.I ()

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Evy Apriani, M.Kep., Ns.

NIP. 10310 95 158

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Lutfiatul Aminah
NIM : 108118061
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Spiritual Dan Keteraturan Senam Lansia Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Adipala 1

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama : Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep. ()
Penguji Anggota I : Sodikin, M.Kep., Sp.Kep.KMB ()
Penguji Anggota II : Dr. Opi Irawansah, M.Pd.I ()

Ditetapkan Di : Cilacap

Tanggal : 20 Juli 2022

Mengesahkan,

Dekan Fikes

Sohimah, M.Keb.

NIP. 10310 03 469

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Masyarakat Yang Terkena dan Yang Tidak Terkena Covid-19 Di Puskesmas Kesugihan I”. Penulisan skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan dalam Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes., selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap, pembimbing I dan penguji II yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Evy Apriani, M.Kep.,Ns selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan, pembimbing II dan penguji III yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penulisan skripsi ini.
3. Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep. selaku penguji I yang telah memberikan saran dan kritik demi perbaikan skripsi ini.
4. Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap yang sudah memberikan izin untuk melakukan survey untuk studi pendahuluan.

5. Puskesmas Adipala I yang sudah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan memperoleh data yang penulis perlukan dalam proses penelitian.
6. Orang tua dan keluarga tercinta yang telah memberikan motivasi dan bantuan moral maupun material serta doa restunya.
7. Dliyaaurrohman yang telah memberikan semangat dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Vina Ismiatus Solikhah, Syahreta Herawati Bawono, Esa Amaliasasih dan segenap teman semuanya yang telah mendukung dan mendengarkan keluh kesah dalam penyusunan skripsi ini.
9. Rekan mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap yang saya sayangi dan selalu memberikan semangat dan kerja samanya selama pendidikan.
10. Semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam proses penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini kurang dari sempurna karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis. Untuk itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi penulisan skripsi yang lebih baik lagi. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Cilacap, 20 Juli 2022

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lutfiatul Aminah

NIM : 108118061

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Aktivitas Spiritual Dan Keteraturan Senam Lansia Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Adipala I.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Cilacap

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(Lutfiatul Aminah)

HUBUNGAN AKTIVITAS SPIRITUAL DAN KETERATURAN SENAM LANSIA DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA HIPERTENSI DI PUSKESMAS ADIPALA I

Lutfiatul Aminah¹, Sodikin², Opi³
^{1,2,3} Universitas Al-Irsyad Cilacap
 Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Proses penuaan yang telah lanjut usia akan mengalami kemunduran fungsi fisiologis yang menimbulkan fungsi kognitif. Salah satu upaya untuk penurunan kognitif dengan meningkatkan aktivitas spiritual dan senam lansia. Penelitian bertujuan mengetahui hubungan aktivitas spiritual dan keteraturan senam lansia dengan fungsi kognitif pada lansia hipertensi. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain eksplanatori menggunakan rancangan *cross sectional* terhadap 92 lansia hipertensi yang diambil menggunakan metode *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan lansia hipertensi di Puskesmas Adipala I sebagian besar mempunyai aktivitas spiritual tinggi (64,1%), (87,0%) tidak teratur melakukan senam lansia dan mempunyai fungsi kognitif normal (69,6%). Terdapat hubungan antara aktivitas spiritual dengan fungsi kognitif pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Adipala I ($p = 0,001$), tidak terdapat hubungan antara keteraturan melakukan senam lansia dengan fungsi kognitif pada lansia penderita hipertensi di Puskesmas Adipala I ($p = 0,665$).

Kata kunci : Hubungan, aktivitas spiritual, keteraturan senam lansia, lansia hipertensi .

ABSTRACT

The aging process in people who are elderly will experience a decline in physiological function which will cause various complaints including cognitive function. One effort to minimize the risk of cognitive decline is to increase spiritual activity and exercise for the elderly. This study aims to determine the relationship between spiritual activity and the regularity of elderly exercise with cognitive function in the elderly with hypertension at Adipala I Health Center. This type of research is quantitative research with an explanatory design using a cross sectional design for 92 hypertensive elderly at Adipala I Health Center which was taken using purposive sampling method. Data analysis using Spearman rank test. The results showed that the elderly with primary hypertension at Adipala I Health Center mostly had high spiritual activity (64.1%), (87.0%) did not regularly do elderly exercise and had normal cognitive function (69.6%). There is a relationship between spiritual activity and cognitive function in the elderly with primary hypertension at the Adipala I Health Center ($p = 0.001$), there is no relationship between the regularity of doing elderly exercise with cognitive function in the elderly with primary hypertension at the Adipala I Health Center ($p = 0.665$).

Keywords: Relationship, spiritual activity, regularity of elderly exercise, primary hypertension elderly.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	iix
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Riset.....	6
D. Urgensi Riset.....	6
E. Target Riset.....	7
F. Kontribusi Riset	7
G. Luaran Riset	7
H. Manfaat Riset	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Lansia	9
B. Fungsi Kognitif Lansia	9
C. Aktivitas Spiritual	10
D. Senam Lansia	10
BAB III METODE PENELITIAN	11
A. Kerangka Konsep.....	11
B. Hipotesis Penelitian.....	12

C. Variabel Penelitian	13
D. Definisi Operasional.....	13
E. Desain Penelitian.....	16
F. Populasi dan Sampel	17
G. Lokasi Dan Waktu Penelitian	19
H. Etika Penelitian	19
I. Teknik Pengumpulan Data	21
J. Prosedur Pengumpulan Data.....	24
K. Prosedur Pelaksanaan Penelitian.....	25
L. Teknik Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	30
A. Karakteristik Responden	30
B. Analisis Univariat.....	32
C. Analisis Bivariat.....	34
BAB V PEMBAHASAN	37
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil.....	37
B. Keterbatasan Penelitian	47
C. Implikasi Terhadap Pelayanan dan Penelitian.....	48
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	50
A. Simpulan.....	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	55

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian..... 11

DAFTAR TABEL

Tabel.3.1 Identifikasi Variabel, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	14
Tabel 4.1 Karakteristik Lansia Hipertensi Berdasarkan Umur dan Lama Menderita Hipertensi di Puskesmas Adipala I	31
Tabel 4.2 Karakteristik Lansia Hipertensi Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan di Puskesmas Adipala I (n = 92).....	31
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Aktivitas Spiritual pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Adipala I (n = 92).....	32
Tabel 4.4 Distribusi Kualitas Keteraturan Melakukan Senam Lansia pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Adipala I (n = 92).....	33
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Fungsi Kognitif pada Lansia.....	34
Hipertensi di Puskesmas Adipala I (n = 92).....	34
Tabel 4.6 Hubungan Aktivitas Spiritual dengan Fungsi Kognitif pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Adipala I	35
Tabel 4.7 Hubungan Keteraturan Melakukan Senam Lansia dengan Fungsi Kognitif pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Adipala I.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SURAT PERNYATAAN SEBAGAI RESPONDEN.....	56
Lampiran 2 PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN	57
Lampiran 3 LEMBAR KUESIONER A.....	58
Lampiran 4 KUESIONER B	59
Lampiran 5 KUESIONER C	61
Lampiran 6 LEMBAR CHECKLIST KETERATURAN SENAM LANSIA	62
Lampiran 7 TABULASI PENELITIAN	64
Lampiran 8 CODING PENELITIAN	71
Lampiran 9 SKORING AKTIVITAS SPIRITUAL	78
Lampiran 10 SKORING KETERATURAN SENAM LANSIA.....	81
Lampiran 11 SKORING FUNGSI KOGNITIF	84
Lampiran 12 HASIL STATISTIK DESKRIPTIF	87