

HUBUNGAN *PHYSICAL ACTIVITY LEVEL* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DENGAN SINDROMA METABOLIK DI PUSKESMAS KECAMATAN PASAR REBO BULAN AGUSTUS TAHUN 2016

Othe Ahmad Syarifuddin

Abstrak

Angka lansia di Indonesia sedikit lebih tinggi dibandingkan rata-rata dunia mencapai 18,1 juta jiwa pada 2010 dan meningkat setiap tahunnya. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi pada individu tersebut, diantaranya adalah penurunan kekuatan fisik dan penurunan kognitif. Beberapa faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif adalah sindrom metabolik dan *Physical Activity Level*. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara *Physical Activity Level* terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan sindroma metabolik di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo tahun 2016. Penelitian ini bersifat analitik dengan rancangan *Kolmogorov-Smirnov*. Total sampel didapatkan sebanyak 78 responden. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang dianalisis secara univariat dan bivariat. Hasil analisis menggunakan analisis *Chi – square* yang menunjukkan pada tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$) didapatkan variabel *Physical Activity Level* terhadap fungsi kognitif ($p=0.000$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *Physical Activity Level* terhadap fungsi kognitif pada lansia dengan sindroma metabolik di puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. Bagi lansia diharapkan untuk meningkatkan *Physical Activity Level* dan menjalankan pola hidup yang lebih baik agar menurunkan risiko dari sindrom metabolik.

Kata Kunci: Lansia, *Physical Activity Level*, Fungsi Kognitif, Sindrom Metabolik

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY LEVEL ON COGNITIVE FUNCTION IN OLDER ADULTS WITH METABOLIC SYNDROME IN PUSKESMAS KECAMATAN PASAR REBO AGUSTUS 2016

Othe Ahmad Syarifuddin

Abstract

Elderly statistics in Indonesia was slightly higher than the world average, which reached 18,1 million in 2010 and increasing each year. As people age, there was a decline of function in elderly, including decline of physical activity and cognitive function. Some of the factors that affect cognitive function were metabolic syndrome and physical activity. The aim of this research was to observe the relationship between physical activities on cognitive function in older adults with metabolic syndrome in Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo term 2016. This research was an analytic study with cross sectional design. 78 respondents acquired using purposive sampling. This research conducted using questionnaire, then analyzed by univariate and bivariate test. Kolmogorov-Smirnov result of physical activity on cognitive function showed $p < 0,05$ ($p=0.000$), it can conclude that there was a relationship between physical activity and cognitive function in elderly with metabolic syndrome in Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. Eventually, the elderly expected to increasing physical activity and performing a better life style to reduce the risk from metabolic syndrome.

Keywords: Elderly, Physical Activity, Cognitive Function, Metabolic Syndrome