

## DAFTAR PUSTAKA

- Alzheimer's Association 2012, *Mild Cognitive Impairment (MCI)*, Alzheimer's Association, United States of America, diakses pada 8 Maret 2017  
<http://www.alz.org/dementia/mild-cognitive-impairment-mci.asp>
- American College of Sport Medicine (ACSM) 2009, *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*, 8<sup>th</sup> ed, New York: Williams & Wilkins, diakses pada 10 April 2017  
<http://digilib.unila.ac.id/6568/110/BAB%20II.pdf>
- Badan Pusat Statistik (BPS) 2015, *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2014: Hasil Survey Ekonomi Nasional*, Jakarta, Indonesia diakses pada 3 September 2017  
[https://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber\\_Daya\\_Manusia\\_dan\\_Kebudayaan/Statistik%20Penduduk%20Lanjut%20Usia%20Indonesia%202014.pdf](https://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber_Daya_Manusia_dan_Kebudayaan/Statistik%20Penduduk%20Lanjut%20Usia%20Indonesia%202014.pdf)
- Baddeley, A 2017, *The Fractionation of Working Memory*, The National Academy of Sciences of The USA, diakses pada 11 september 2017  
<http://www.pnas.org/content/93/24/13468.full>
- Bartosz, IS & Bartosz, G 2014, *Effect of antioxidants supplementation on aging and longevity. Biomed Research International*, diakses pada 27 April 2017. <https://www.hindawi.com/journals/bmri/2014/404680/>
- Barnes, LK, Leon, MD, Wilson, RS, Bienias, JL, Evans, DA 2004, *Social recourses and cognitive decline in a population of older Africans and whites*, *Journal of Neurology*, 63(12):2322-2326, diakses pada 1 Maret 2017  
<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=178337&val=4571&title=Senam%20Vitalisasi%20Otak%20Lebih%20Meningkatkan%20Fungsi%20Kognitif%20Kelompok%20Lansia%20daripada%20Senam%20Lansia%20di%20Balai%20Perlindungan%20Sosial%20Propinsi%20Banten>
- Cotman, CW, Berchtold, NC 2002. *Exercise: A Behavior intervention to enhance brain health and plasticity. Trends in Neurosciences*, 25(6) : 295-300, diakses pada 10 April 2017  
<http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/87>
- Dahlan, MS 2013, *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan* edisi 3, Salemba Medika, Jakarta
- Darmojo, B & Martono, H 2009, *Geriatri*, Balai Penerbit, FKUI, Jakarta, diakses pada 1 Maret 2017  
[http://eprints.undip.ac.id/44892/2/Tria\\_Coresa\\_22010110130151\\_KTI\\_bab\\_2.pdf](http://eprints.undip.ac.id/44892/2/Tria_Coresa_22010110130151_KTI_bab_2.pdf)

- Darmojo, B 2009, *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*, Edisi 4, Balai Penerbit FKUI, Jakarta
- Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Bahasa 2016, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka, Jakarta
- Ginting, PMS 2015, *Gambaran Tingkat Demensia dan Aktivitas Sehari-hari pada Lansia di Desa Batukarang Kecamatan Payung Kabupaten Karo*, Fakultas Keperawatan Universitas Sumatra Utara, diakses pada 1 Maret 2017 <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/53823/Cover.pdf?sequence=7>
- Halim, V 2014, *Perbandingan Mini Mental State Examination (MMSE) dan Montreal Cognitive Assessment Versi Indonesia (MoCA-Ina) Sebagai Deteksi Dini Gangguan Kognitif Pada Pasien Pasca-Stroke*, Program Studi Kedokteran Fisik Dan Rehabilitasi Universitas Indonesia, Jakarta
- Handajani, YS, Widjaja, NT, Turana, Y, Sasmita, PK 2014, *Aktivitas Fisik Pada Lansia Meningkatkan Fungsi Kognitif, Keseimbangan, Dan Kualitas Hidup : Studi Eksperimental Di Jakarta*, Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Atma Jaya, Jakarta
- Henry, W, George, J 2007, *Cognitive Assessment In The Eldery : A Review Of Clinical Methods*, Departemen Of Medicine For Elderly, Cumberland Infirmary, Carlisle, UK, Diakses pada 14 Maret 2017 <https://academic.oup.com/qjmed/article-lookup/doi/10.1093/qjmed/hcm051>
- Hjelm, C, Dahl, A, Brostrom, A, Martensson, J, Johansson, B, Stromerg, A 2011, *The Influence of Heart Failure on Longitudinal Changes in Cognition Among Individuals 80 Years of Age and Older*, J Clin Nurs. 2011;21:994-1003, diakses pada 1 Maret 2017 <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/41458/Chapter%20II.pdf;jsessionid=65FA6C09911266E5C8BABFDF8B46AF2D?sequence=4>
- Husein, N, Lumempouw, S, Ramli, Y, Herqutanto 2010, *Uji Validittas dan Realibilitas Montral Cognitive Assesment Versi Indonesia (MoCA-Ina) Untuk Skrining Gangguan Fungsi Kognitif*, Departemen FK UI, Jakarta, diakses pada 8 Maret 2017 <http://www.neurona.web.id/paper-detail.do?id=734>
- Kim, SH, Minjeong K, Yu-Bae, A, Hyun-Kook, L, Sung-Goo, K, Jung-Hyoun, C, Seo-Jin, P, Sang-Wook, S 2011, *Effect of Dance Exercise on Cognitive Function in Elderly Patients with Metabolic Syndrome: A Pilot Study*, Departement of Family Medicine, South Korea, diakses pada 11 September 2017 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3761497/>

- Kampa, BM, Gundlfinger, A, Letzkus, JJ, Leibold, C 2011, *Curcuit Mechanism of Memory Formation*, Department of Neurophysiology, University of Zurich, diakses pada 11 September 2017  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3238405/>
- Kushartanti, W 2010, *Aktivitas Fisik Dan Senam Usila*, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta, diakses pada 10 April 2017  
<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/tmp/AKTIVITAS%20FISIK%20LANSIA.pdf>
- Kusumaningtyas, DN 2011, *Pengaruh Senam Aerobik Intensitas Ringan Dan Sedang Terhadap Penurunan Persentase Lemak Badan*, Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Legowo, G 2015, *Hipertensi Sebagai Faktor Risiko Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia di Posyandu Lansia Rajabasa Bandar Lampung*, Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Lampung, diakses pada 9 Maret 2017. <http://digilib.unila.ac.id/17184/>
- Lara, AH, Wallis JD 2015, *The Role Of Prefrontal Cortex In Working Memory: A Mini Review*, Department of Neuroscience, University of Columbia, diakses pada 5 September 2017.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4683174/>
- Laurin, D, Verreault, R, Lindsay, J, MacPherson, K, Rockwood, K 2001, *Physical activity and risk of cognitive impairment and dementia in elderly persons*, Arch Neurol diakses pada 14 Maret 2017  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11255456>
- Lisnaini 2012, *Senam Vitalisasi Otak Dapat Meningkatkan Fungsi Kognitif Usia Dewasa Muda*, Fisioterapi Universitas Kristen Indonesia, Jakarta, diakses pada 1 Maret 2017  
[http://www.akfis.uki.ac.id/assets/jurnalfile/BRAIN\\_GYM\\_FOR\\_COGNITIVE.pdf](http://www.akfis.uki.ac.id/assets/jurnalfile/BRAIN_GYM_FOR_COGNITIVE.pdf)
- Martono, H 2009, *Geriatri (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*, Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta, diakses pada 1 Maret 2017  
<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=178337&val=4571&title=Senam%20Vitalisasi%20Otak%20Lebih%20Meningkatkan%20Fungsi%20Kognitif%20Kelompok%20Lansia%20daripada%20Senam%20Lansia%20di%20Balai%20Perlindungan%20Sosial%20Propinsi%20Banten>
- Maryam, R 2008, *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Salemba Medika, Jakarta
- Muzamil, MS, Afriwardi, Martini, RD 2014, *Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Usila Di Kelurahan Jati Kecamatan*

*Padang Timur*, Jurnal Kesehatan Andalas, diakses pada 10 April 2017.  
[http://www.healthdata.org/sites/default/files/files/country\\_profiles/GBD/ihme\\_gbd\\_country\\_report\\_indonesia.pdf](http://www.healthdata.org/sites/default/files/files/country_profiles/GBD/ihme_gbd_country_report_indonesia.pdf)

Nasreddine 2012, *The Montreal Cognitive Assessment (MoCA)*, diakses pada 27 Februari 2017  
<http://www.pphp.concordia.ca/fac/phillips/files/Julayanontetal2013MoCAreview.pdf>

Nagamatsu, LS, Chan, A, Davis, JC, Beattie, LB, Graf, P, Voss, MW, Sharma, D, Liu-Ambrose, T 2013, *Physical Activity Improves Verbal and Spatial Memory in Older Adults With Probable Mild Cognitive Impairment: A 6-Month Randomized Controlled Trial*, Departement of Phsychology, University of British Columbia, diakses pada 11 September 2017  
<https://www.hindawi.com/journals/jar/2013/861893/>

Ningrat, DK 2015, *Perbedaan Fungsi Kognitif Antara Lansia Laki-laki dan Perempuan yang Mendapatkan Brain Gym Di PSTW Puspa Karma Mataram*, Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Denpasar, diakses pada 13 Maret 2017  
[https://wisuda.unud.ac.id/pdf/1302115019-3-9.\\_BAB\\_II.pdf](https://wisuda.unud.ac.id/pdf/1302115019-3-9._BAB_II.pdf)

Njoto, EN 2014, *Mengenali Depresi pada Usia Lanjut: Penggunaan Geriatric Depression Scale (GDS) untuk Menunjang Diagnosis*, CDK-217/ vol. 41 no. 6, th. 2014, diakses pada 9 Maret 2017  
[http://www.kalbemed.com/Portals/6/32\\_217Opini\\_Mengenali%20Depresi%20pada%20Usia%20Lanjut%20Penggunaan%20Geriatric%20Depressio%20Scale.pdf](http://www.kalbemed.com/Portals/6/32_217Opini_Mengenali%20Depresi%20pada%20Usia%20Lanjut%20Penggunaan%20Geriatric%20Depressio%20Scale.pdf)

Notoatmodjo, S 2003, *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta

Nugroho, W 2008, *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*, Edisi-3, Jakarta, diakses pada 1 Maret 2017.  
<https://books.google.co.id/books?id=U6ApDgAAQBAJ&pg=PA308&dq=Nugroho+Keperawatan+Gerontik+%26+Geriatrik&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwjZzM6FqYjTAhVHK48KHUNtDFsQ6AEIITAB#v=onepage&q=Nugroho%20Keperawatan%20Gerontik%20%26%20Geriatrik&f=false>

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2013, *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, diakses pada 26 Desember 2016  
<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/Buletin-SIK-2016.pdf>

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2014, *Situsi dan Analisis Lanjut Usia*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta, diakses pada 26 Desember 2016



<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-lansia.pdf>

- Rahman, K 2007, *Studies on free radicals, antioxidants, and co-factors. Clinical Interventions in Aging*, School of Biomolecular Sciences, Liverpool John Moores University, Liverpool, England, UK, diakses pada 27 April 2017 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2684512/>
- Reuser, M, Bonneux, L, Willekens, F 2010, *The Effect of Risk Factors on The Duration Cognitive Impairment : A Multistate Life Table Anlysis of The U.S Health and Retirement Survey*, diakses pada 26 Desember 2016 <http://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=107600>
- Riliano, B 2015, *Mild Cognitive Impairment (MCI): Transisi dari Penuaan Normal menjadi Alzheimer*, CDK-228/ vol. 42 no. 5, th. 2015, diakses pada 9 Maret 2017 [http://www.kalbemed.com/Portals/6/08\\_228CME-Mild%20Cognitive%20Impairment-Transisi%20dari%20Penuaan%20Normal%20Menjadi%20Alzheimer.pdf](http://www.kalbemed.com/Portals/6/08_228CME-Mild%20Cognitive%20Impairment-Transisi%20dari%20Penuaan%20Normal%20Menjadi%20Alzheimer.pdf)
- Robbins, Trevor, W 2011, *Cognition : The Ultimate Brain Function*, Neuropsychopharmacology, 36(1) : 1-2, diakses pada 28 April 2017 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3055511/>
- Rohana, S 2011, *Senam Vitalisasi Otak Lebih Meningkatkan Fungsi Kognitif Kelompok Lansia Daripada Senam Lansia Di Balai Perlindungan Sosial Propinsi Banten*, Universitas Udayana, diakses pada 1 Maret 2017 <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=178337&val=4571&title=Senam%20Vitalisasi%20Otak%20Lebih%20Meningkatkan%20Fungsi%20Kognitif%20Kelompok%20Lansia%20daripada%20Senam%20Lansia%20di%20Balai%20Perlindungan%20Sosial%20Propinsi%20Banten>
- Sastroasmoro, S & Ismael, S 2014, *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis* edisi ke-5, Sagung Seto, Jakarta
- Schöttker, B, Brenner, H, Jansen, E, Gardiner, J, Peasey, A, Kubinova, R, Pajak, A, Topor-Madray, R, Tamosiunas, A, Saum, KU, Holleczeck, B, Pikhartm H, Bobak, M 2015, *Evidence for the free radical/oxidative stress theory of ageing from the CHANCES consortium: A meta-analysis of individual participant data*. BMC Medicine, diakses pada 27 Maret 2017 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4678534/>
- Setiadi 2007, *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Setianto 2004, *Pengaruh Aktivitas Sehari-hari Terhadap Keseimbangan Pada Lansia*, di akses pada 1 Maret 2017 [http://www.pps.unud.ac.id/thesis/pdf\\_thesis/unud-1458-1595108714-tesis%20lanawati%202015.pdf](http://www.pps.unud.ac.id/thesis/pdf_thesis/unud-1458-1595108714-tesis%20lanawati%202015.pdf)

- Setiyoadi 2012, *Perbedaan Tingkat Kualitas Hidup Pada Wanita Lansia Di Komunitas Dan Panti*, diakses pada 1 Maret 2017  
[http://ejournal.umm.ac.id/index.php/...641\\_umm\\_scientific\\_journal.pdf](http://ejournal.umm.ac.id/index.php/...641_umm_scientific_journal.pdf)
- Sidiarto, L 1999, *Mild Cognitive Impairment (MCI) Gangguan Kognitif Ringan*, Berkala NeuroSains Vol.1.No.1, diakses pada 1 Maret 2017.  
[http://www.pps.unud.ac.id/thesis/pdf\\_thesis/unud-680-tesisfinalhjtstrohanaoke.pdf](http://www.pps.unud.ac.id/thesis/pdf_thesis/unud-680-tesisfinalhjtstrohanaoke.pdf)
- Sugiono 2012, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung, ALFABETA
- Suhartin, P 2010, *Teori Penuaan, Perubahan Pada Sistem Tubuh dan Implikasinya pada Lansia*, Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro, diakses pada 27 April 2017  
<https://prastiwisp.files.wordpress.com/2010/11/teori-penuaan-dan-perubahan-fisiologis-lansia.pdf>
- Sundariyati, IGAH, Ratep, N, Westa, W 2014, *Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Kognitif Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubu II, Januari-Februari 2014*, Universitas Udaya, Bali diakses pada 1 Maret 2017  
[ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/12634/8659](http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/12634/8659)
- Suroto 2004, *Buku Pegangan Kuliah Pengertian Senam, Manfaat Senam, Dan Urutan Gerakan*, Unit Pelaksanaan Teknis Mata Kuliah Umum Olahraga, Universitas Diponegoro, diakses pada 27 Februari 2017  
<http://eprints.undip.ac.id/19894/1/3-ki-mku-04.pdf>
- Strub, RL, Black, FW 2000, *The Mental Status Examination in Neurology*, 4<sup>th</sup> ed. F. A. Davis Company: Philadelphia, diakses pada 1 Maret 2017  
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/41458/Chapter%20II.pdf;jsessionid=65FA6C09911266E5C8BABFDF8B46AF2D?sequence=4>
- Theresa, RM 2015, *Intervensi Tari Poco-Poco Terhadap Fungsi Eksekutif Penyandang DM Tipe 2 Dengan Hendaya Kognitif Ringan Melalui Perbaikan Fungsi Dan Plastisitas Neuron*, Program Studi Doktor Ilmu Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta
- Tucker, JS, Orlando, M, Elliott MN, Klein DJ 2006, *Affective and behavioural responses to health-related social control*, Health Psychology, 25(6):715-722, diakses pada 1 Maret 2017 <http://psycnet.apa.org/buy/2006-20659-007>
- Turana, Y 2013, *Stimulasi Otak Pada Kelompok Lansia Di Komunitas*, Pusat Penelitian Kesehatan UNIKA Atma Jaya, diakses pada 26 Desember 2016  
<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/Buletin-SIK-2016.pdf>

- Henry, W & George, J 2007, *Cognitive Assessment In The Elderly : A Review Of Clinical Methods*, Department Of Medicine For Elderly, Cumberland Infirmary, Carlisle, UK, diakses pada 14 Maret 2017  
[http://digitool.library.mcgill.ca/webclient/StreamGate?folder\\_id=0&dvs=1491221564821~577](http://digitool.library.mcgill.ca/webclient/StreamGate?folder_id=0&dvs=1491221564821~577)
- Hjelm, C, Dahl, A, Brostrom, A, Martensson, J, Johansson, B, Stromerg, A 2011, *The Influence of Heart Failure on Longitudinal Changes in Cognition Among Individuals 80 Years of Age and Older*, J Clin Nurs. 2011;21:994-1003, diakses pada 1 Maret 2017  
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/41458/Chapter%20II.pdf;jsessionid=65FA6C09911266E5C8BABFDF8B46AF2D?sequence=4>
- Wang, CH, Wu, SB, Wu, YT, Wei, YH 2013, *Oxidative Stress Response Elicited By Mitochondrial Dysfunction : Implication In The Pathophysiology Of Aging*, Experimental Biology and Medicine, Institute of Biochemistry and Molecular Biology, National Yang-Ming University, Taipei 112, Taiwan, diakses pada 27 Maret 2017  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23856898>
- World Health Organization (WHO) 2010, *Global Recommendations On Physical Activity For Health*, World Health Organization Library Cataloguing-in-Publication Data, diakses pada 10 April 2017  
[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44399/1/9789241599979_eng.pdf)
- World Population Ageing (WPA) 2009, *Population division*, United Nations Department of Economic and Social Affairs, diakses pada 19 Februari 2017  
[http://www.un.org/esa/population/publications/WPA2009/WPA2009\\_WorkingPaper.pdf](http://www.un.org/esa/population/publications/WPA2009/WPA2009_WorkingPaper.pdf)
- Yaffe, K, Barnes, D, Nevitt, M, Li-Yung, L, Covinsky, K 2001, *A Prospective study of physical activity and cognitive decline in elderly women who walk*. Arch Intern Med, 161:1703-1708, diakses pada 10 April 2017  
<http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/87>
- Zalukhu, ML, Phyma, AR, Pinzon, RT 2016, *Proses Menua, Stres Oksidatif, dan Peran Antioksidan*, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana/RS. Bethesda, Yogyakarta, Indonesia, diakses pada 1 Maret 2017  
[http://www.kalbemed.com/Portals/6/06\\_245Proses%20Menua%20Stres%20Oksidatif%20dan%20Peran%20Antioksi.pdf](http://www.kalbemed.com/Portals/6/06_245Proses%20Menua%20Stres%20Oksidatif%20dan%20Peran%20Antioksi.pdf)
- Zunzunegui, MV, Alvarado, BE, Del Ser, T, Otero, A 2003, *Social network, special integration and social engagement determine cognitive decline in community-dwelling Spanish older adults*, The Journal of Gerontology Series, 58:33-100, diakses pada 1 Maret 2017

<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=178337&val=4571&title=Senam%20Vitalisasi%20Otak%20Lebih%20Meningkatkan%20Fungsi%20Kognitif%20Kelompok%20Lansia%20daripada%20Senam%20Lansia%20di%20Balai%20Perlindungan%20Sosial%20Propinsi%20Banten>

