

## ABSTRAK

### HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI DUSUN GUNUNG DESA BATU BELAH BARAT KECAMATAN DASUK KABUPATEN SUMENEP

Oleh : Deviaroh

Semakin bertambahnya usia semakin berkurang fungsi organ tubuh yang menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis dan biologis sehingga akan mempengaruhi fungsi kognitif dan kemampuan tubuh secara menyeluruh. Salah satu faktor yang mempengaruhi fungsi kognitif pada lansia yaitu gaya hidup. Gaya hidup yang sehat adalah dengan cara melakukan aktivitas/olahraga yang rutin tidak mengkonsumsi rokok dan alkohol serta pemenuhan nutrisi dan pola pikir yang baik dan istirahat yang cukup. Peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia di Dusun Gunung.

Desain penelitian *analitik* dengan menggunakan rancang bangun *crosssectional*, dengan teknik *simple random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah 114 lansia, sampel sebanyak 52 lansia. Analisa data menggunakan uji *spearman*.

Hasil uji analisis statistik korelasi spearman's menunjukkan bahwa nilai signifikancy  $\rho$  value = 0,01 ( $\rho < \alpha$  0,05), artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, maka terdapat hubungan antara gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia.

Fungsi kognitif merupakan kemampuan lansia seperti daya ingat, kemampuan belajar, sedangkan kebiasaan atau perilaku individu yang dilakukan secara terus menerus merupakan gaya hidup dimana jika seseorang memiliki gaya hidup kurang baik maka seseorang itu akan mengalami kelainan fungsi kognitif.

Ada hubungan antara gaya hidup dengan fungsi kognitif di Dusun Gunung Desa Batu Belah Barat Kecamatan Dasuk Kabupaten Sumenep.

**Kata Kunci : Gaya Hidup, Fungsi Kognitif, Lansia.**

## **ABSTRACT**

### ***RELATIONSHIP OF LIFESTYLE WITH COGNITIVE FUNCTIONS IN ELDERLY IN GUNUNG HAMLET, BATU BELAH BARAT VILLAGE, DASUK DISTRICT, SUMENEP REGENCY***

**By: Deviaroh**

*Increasing age affects the reduced function of organs which causes anatomical, physiological and biological changes so that it will affect the body's cognitive function and ability as a whole. One of the factors that influence cognitive function in the elderly is lifestyle. A healthy lifestyle is by doing routine activities / sports that do not consume cigarettes and alcohol as well as fulfilling nutrition and a good mindset and adequate rest. The researcher aims to determine the relationship between lifestyle and cognitive function in the elderly in Gunung Hamlet*

*Analytical research design using crosssectional design with simple random sampling technique. The population in this study was 114 elderly, a sample of 52 elderly. Data analysis using spearman test.*

*The results of the statistical analysis of Spearman correlation show that the significance value is  $\rho$  value = 0.01 ( $\rho < \alpha$  0.05), meaning that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, so there is a relationship between lifestyle and cognitive function in the elderly.*

*Cognitive function is the ability of the elderly such as memory, learning ability, while the habits or behavior of individuals that are carried out continuously is a lifestyle where if a person has a poor lifestyle then someone will experience abnormal cognitive functions.*

*There is a relationship between lifestyle and cognitive functions in Gunung hamlet, Batu Belah Barat village, Dasuk district, Sumenep regency.*

**Keywords: Lifestyle, Cognitive Function, Elderly.**