

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Bagi Profesi	5
2. Manfaat Bagi Institusi	5
3. Manfaat Bagi Masyarakat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori	6

1. Lansia	6
a. Definisi Lansia	6
b. Batasan Usia Lanjut	7
c. Proses Penuaan (<i>Aging process</i>)	7
d. Tipe-tipe Lansia.....	9
2. Kognitif pada Lansia	9
a. Definisi Kognitif	9
b. Fungsi Kognitif Pada Lansia	10
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif.	11
d. Instrumen Pengukuran Fungsi Kognitif dengan MMSE	13
3. Senam Otak/ Brain Gym	15
a. Definisi Senam Otak	15
b. Manfaat Senam Otak	16
c. Pelaksanaan Gerakan Senam Otak	17
d. Gerakan - Gerakan Senam Otak.....	17
4. Senam Vitalisasi Otak.	35
a. Definisi Senam Vitalisasi Otak	35
b. Tujuan Senam Vitalisasi Otak	36
c. Pelaksanaan Gerakan Senam Vitalisasi Otak	37
d. Gerakan - Gerakan Senam Vitalisasi Otak.....	39
B. Kerangka Teori	56
C. Hipotesis	57
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	58
A. Kerangka Konsep	58
B. Variabel Penelitian	59

C. Jenis dan Desain Penelitian	59
D. Populasi dan Sampel Penelitian	60
1. Populasi	60
2. Sampel	60
3. Teknik Pengambilan Sampel	61
E. Tempat dan Waktu Penelitian	62
F. Definisi Operasional	63
G. Instrumen / Alat Pengumpulan Data	64
H. Metode Pengumpulan Data	65
I. Rencana Analisa Data	67
1. Teknik Pengolahan Data	67
2. Analisa Data	68
J. Etika Penelitian	69
BAB IV HASIL PENELITIAN	71
A. Gambaran Umum	71
B. Analisa Univariat	73
C. Analisa Bivariat	80
BAB V PEMBAHASAN	83
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	83
B. Keterbatasan Penelitian	92
C. Implikasi Untuk Keperawatan	92
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	94
A. Simpulan	94
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN.....	100