**SKRIPSI**

# PENGARUH *CONGKLAK BOARD GAME* DAN SENAM OTAK TERHADAP PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU TAHUN 2025


**Disusun Oleh :**

**SAKHA AUDRIE VOURESTA**

**NIM: P05120321089**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU**
**JURUSAN KEPERAWATAN PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN**
**TAHUN 2025**

**PENGARUH *CONGKLAK BOARD GAME* DAN SENAM OTAK TERHADAP PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU TAHUN 2025**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr) pada Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

**Disusun Oleh :**

**SAKHA AUDRIE VOURESTA**

**NIM: P05120321089**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**
**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU**
**JURUSAN KEPERAWATAN PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN**
**TAHUN 2025**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**PENGARUH *CONGKLAK BOARD GAME* DAN SENAM OTAK TERHADAP PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU TAHUN 2025**

Dipersiapkan dan dipresentasikan oleh:


**SAKHA AUDRIE VOURESTA**
**NIM : P05120321089**

Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu


Pada Tanggal : 25 Juni 2025

**Dosen Pembimbing Skripsi**

| **Pembimbing I** | **Pembimbing II** |
|---|---|
| **Ns. Mardiani, S.Kep., M.M** | **Ns. Agung Riyadi,S.Kep.,M.Kes** |
| **NIP. 197203211995032001** | **NIP. 196810071988031005** |

**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI**

**PENGARUH *CONGKLAK BOARD GAME* DAN SENAM OTAK TERHADAP PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU TAHUN 2025**

Disusun oleh:

**SAKHA AUDRIE VOURESTA**
**NIM : P05120321089**

Telah Diujikan Didepan Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Pada tanggal 03 Juli 2025, dan dinyatakan

**LULUS**

| | |
|---|---|
| **Ketua Dewan Penguji** | **Penguji I** |
| **Ns. Hermansyah, S.Kep.,M.Kep** | **Sariman Pardosi, S.Kp.,M.Si** |
| **NIP. 197507161997031002** | **NIP. 196403031986031005** |
| **Penguji II** | **Penguji III** |
| **Ns. Mardiani, S.Kep.,M.M** | **Ns. Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes** |
| **NIP. 197203211995032001** | **NIP. 196810071988031005** |

Skripsi ini telah memenuhi salah satu persyaratan
Untuk mencapai derajat Sarjana Terapan Keperawatan

**Mengetahui :**
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

**Ns. Hendri Heriyanto, S.Kep.,M.Kep**
**NIP. 198205152002121004**

**NIP. 198205152002121004**

**BIODATA**



| | |
|---|---|
| Nama | : Sakha Audrie Vouresta |
| Tempat, Tanggal Lahir | : Rigangan, 09 Agustus 2003 |
| Agama | : Islam |
| Jenis Kelamin | : Perempuan |
| Anak Ke- | : 1 |
| Alamat | : Desa Pagar Alam, Kecamatan Padang Guci Hulu, Kabupaten Kaur,Provinsi Bengkulu |
| Riwayat Penddikan | : 1. TK Aisyah Rigangan ( 2008-2009)<br>2. SD Negeri 06 Padang Guci Hulu (2009-2015)<br>3. MTs Negeri 05 Kaur (2015-2018)<br>4. SMA Negeri 04 Kaur (2018-2021)<br>5. Perguruan Tinggi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu (2025) |
| Email | : sakhaaudrie2000@gmail.com |
| Jumlah Saudara | : Tunggal |
| Nama Saudara | : - |

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

| | | |
|---|---|---|
| Nama | : | SAKHA AUDRIE VOURESTA |
| NIM | : | P05120321089 |
| Judul Proposal Penelitian | : | Pengaruh *Congklak Board Game* dan Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu |

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu Institusi Pendidikan, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak di kemudian hari terbukti dalam skripsi ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 26 Juni 2025

Yang menyatakan,




SAKHA AUDRIE VOURESTA

NIM : P05120321089

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

**‘’Allah memang tidak menjanjikan hidupmu akan selalu mudah, tapi dua kali Allah berjanji bahwa : fa inna ma’al-‘usri yusra, inna ma’al-usri yusra’’ (QS. Al-Insyirah 94;5-6)**

“ Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya rayakan perasaaanmu sebagai manusia’’
**(Baskara putra-hindia)**

Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri sendiri
**(Baskara putra)**

**MOTTO :**

“Doakan apapun yang ingin kamu menangkan, karena kemenangan di mulai dari keyakinan“

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

**PERSEMBAHAN :**

Skripsi ini ku persembahkan kepada :

- Allah SWT, karena atas izin dan karunia nya lah yang telah mengabulkan do’aku serta selalu memberikan kekuatan, pertolongan, rizki dan rahmatnya dalam proses panjang ku untuk melewati dan menjalani kehidupan.
- Nabi Muhammad SAW, karena berkat rahmat dan karunianya kami semua dapat terbebas dari kegelapan ke zaman terang benderang dan bisa menikmati bangku pendidikan seperti saat ini.
- Penghargaan dan cinta terbesar yang penulis hadiahkan kepada orang tua tercinta, Cinta pertama dan panutanku dan pintu surgaku. Terimakasih banyak atas segala pengorbanan, dukungan, motivasi, nasehat serta doa tulus kasih yang tidak pernah putus dipanjatkan dalam setiap sujudnya

memohon ridha sang maha pencipta agar setiap langkah anak semata wayangnya selalu di ridhai dalam segala hal. Mereka memang tidak sempat merasakan pendidikan di bangku perkuliahan namun mereka senantiasa memberikan dukungan moril serta material selama jenjang perkuliahan hingga selesainya penulisan skripsi ini. Kalian merupakan saksi perjalanan penulis dari penulis kecil hingga sekarang ini dan insyaallah seterusnya. Semoga kalian selalu di panjangkan umurnya agar dapat melihat penulis menjadi orang suskses yang bermanfaat bagi banyak hal

- Untuk seluruh Keluarga besar, Kakek, Nenek, Paman, Bibi, Sepupu serta Ponakan. Terima kasih setiap kata penyemangat dan perhatian tulus kalian menjadi bagian dari kekuatan yang membawaku sampai pada titik ini. Kebersamaan dan cinta dari kalian semua adalah anugerah terindah dalam hidupku.
- Saudara-saudara tercinta (kosan pak Fayi) dang Adith, Dudung, Keken, Fayi, Kemal dan Abim ,penulis sangat bersyukur memiliki sepupu seperti kalian. Terima kasih atas doa, perhatian, kasih sayang, serta dukungan yang tiada henti dalam penulisan skripsi ini.
- Terimakasih kepada dosen pembimbingku mami Ns. Mardiani, S.Kep., M.M dan bapak Ns. Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes yang telah memberikan bimbingan, saran, nasehat, serta selalu sabar dalam membimbingku dan selalu meluangkan waktu untuk membimbingku sampai skripsi ini terselesaikan.
- Terimakasih kepada dosen pengujiku Bapak Ns. Hermansyah, S. Kep., M. Kep dan Bapak Sariman Pardosi, S.Kp.,M.Si yang telah meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk memberikan arahan, kritik dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan lebih baik dan lebih bermakna.
- Untuk sahabat peneliti 4 ciwi cantik (Bungsu Siska, Ingah Dewi, Wah Pania) dan Taul sosok saudara yang beda orangtua yang telah senantiasa menemani peneliti selama 4 tahun ini, dari awal masuk perkuliahan sampai

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

ke titik sekarang ini. Terima kasih telah menemani setiap proses peneliti dengan tangan yang selalu di ulurkan, telingan yang selalu mendengar keluh kesah, pelukan yang selalu hangat, motivasi yang selalu tinggi, dan dukungan yang selalu mengebuu gebu yang diberikan pada peneliti. Semoga persahabatan kita till jannah dan sehat selalu para jomblo.

- Untuk sahabat kecil penulis Vela Gustia Sari, Vedya Chinta Nora, Nerang Anjel Anggraini terima kasih telah menjadi rumah berkumpul yang hangat, kompak dan menyenangkan, serta selalu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang salah satu dari kita punya suka maupun duka telah kita lalui bersama dalam proses pendewasaan diri sejak masih menempuh pendidikan di bangku MTs, semoga kedepannya selalu bahagia,bersama ‘’10 th’’,selamanya.
- Teman-teman keperawatan angkatan 2021 terima kasih telah mewarnai masa perkuliahan penulis. Bertemu dengan kalian merupakan rasa syukur yang selalu peneliti ucapkan setiap hari. Sampai juma di titik kesuksesan masing-masing.
- Terakhir untuk diri saya sendiri Sakha Audrie Vouresta, terimakasih atas kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir skripsi ini. Terima kasih untuk setiap langkah yang tak mudah, setiap air mata yang tak terlihat, dan setiap doa dalam diam, untuk semua malam yang penuh lelah namun tetap memilih bangkit esok harinya. Saya bangga pada diri saya Untuk diriku sendiri, terima kasih karena sudah bertahan sejauh ini. Sudah banyak rasa lelah, air mata, dan ragu yang kamu lewati, tapi kamu tetap memilih untuk melangkah. Terima kasih karena tidak menyerah, meskipun banyak hal terasa sulit dan tidak selalu berjalan seperti yang diharapkan. Terima kasih karena tetap percaya, meski kadang merasa sendirian. Skripsi ini adalah bukti bahwa kamu kuat, bahwa kamu mampu, dan bahwa semua perjuanganmu tidak sia-sia. Aku bangga padamu. Semoga ini menjadi awal dari langkah-langkah baik yang lain. Teruslah berjalan, dan jangan pernah lupakan seberapa jauh kamu sudah berjuang.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

# KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Pengaruh *Congklak Board Game* Dan Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu Tahun 2025*"*.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dari dosen pembimbing dan dorongan dari berbagai pihak. Dalam penyusunan penulisan, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa informasi, data, ataupun hal dalam bentuk lainnya. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Linda, SST.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
2. Ibu Ns. Erni Buston, SST.,M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
3. Bapak Ns. Hendri Heryanto, S.Kep.,M.Kep, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Kemenkes Bengkulu
4. Ibu Ns. Mardiani, S.Kep., M.M. selaku Pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu dan tenaga serta pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun skripsi ini;
5. Bapak Ns. Agung Riyadi, S.Kep., M.Kes. selaku Pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang tulus serta penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun skripsi ini;
6. Bapak Ns. Hermansyah, S. Kep., M. Kep. selaku Ketua Dewan Penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan masukan, kritik beserta saran yang membangun;

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

7. Bapak Sariman Pardosi, S. Kp., MSi. selaku Penguji 1 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan masukan, kritik beserta saran yang membangun;
8. Seluruh dosen dan staff jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Bengkulu, yang telah memberikan bimbingan dan sumbangan saran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga bimbingan dan bantuan serta nasihat yang telah diberikan akan menjadi amal baik oleh Allash SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekeliruan dan kekhilafan baik dari segi penulisan maupun penyusunan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak agar penulis dapat berkarya lebih baik dan optimal lagi dimasa yang akan datang.

Bengkulu, 26 Juni 2025

**Sakha Audrie Vouresta**

Nim P05120321089

# PENGARUH *CONGKLAK BOARD GAME* DAN SENAM OTAK TERHADAP PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU TAHUN 2025

**Sakha Audrie Vouresta[1], Mardiani[2], Agung Riyadi[2]**

[1]Mahasiswa, Sarjana Terapan Keperawatan Poltekes kemenkes Bengkulu, Bengkulu, Indonesia
[2]Dapertement Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekes Kemenkes Bengkulu, Bengkulu, Indonesia
*Email : sakhaaudrie2000@gmail.com

## ABSTRAK

Gangguan fungsi kognitif terjadi pada hampir semua individu lanjut usia dan prevelensinya terus meningkat seiring bertambahnya usia. Perubahan anatomi terjadi, seperti menyusutnya otak dan perubahan biokimiawi di Sistem Saraf Pusat (SSP), dengan sendirinya dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif. Salah satu cara non farmakologis untuk meningkatkan fungsi kognitif yaitu dengan terapi *congklak board game* dan senam otak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *congklak board game* dan senam otak terhadap peningkatan fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja puskesmas kandang kota Bengkulu. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain *quasi experiment* memakai *pre-test* dan *post-test design with control group* dengan total sampel 44 orang dibagi menjadi 2 kelompok, setiap kelompok dibagi menjadi 22 responden. Pemilihan sampel menggunakan metode *probability sampling* dengan menerapkan teknik *simple random sampling* yaitu pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis data dilakukan menggunakan uji *wilcoxon* dan *paired T test* untuk melihat perbedaan skor fungsi kognitif sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat perbedaan antara nilai fungsi kognitif sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok. Pada kelompok intervensi perbedaan signifikan dengan nilai (p=0,0001),sedangkan pada kelompok kontrol terdapat perbedaan signifikan dengan nilai (p=0,0001), artinya terdapat pengaruh *congklak board game* dan senam otak terhadap peningkatan fungsi kognitif (p=0,012). Disarankan lansia dapat memanfaatkan terapi *congklak board game* dan senam otak sebagai salah satu alternatif nonfarmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri untuk meningkatkan fungsi kognitif pada lansia .

**Kata kunci :** *Congklak Board Game*, Fungsi kognitif, Senam otak

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

# THE EFFECT OF CONGKLAK BOARD GAME AND BRAIN GYM ON IMPROVING COGNITIVE FUNCTION IN THE ELDERLY IN THE WORK AREA OF KANDANG COMMUNITY HEALTH CENTER IN BENGKULU CITY IN 2025

**Sakha Audrie Vouresta[1], Mardiani[2], Agung Riyadi[2]**

[1]Student, Bachelor of Applied Nursing, Poltekes kemenkes Bengkulu, Bengkulu, Indonesia
[2] Department of Nursing, Poltekes Kemenkes Bengkulu, Bengkulu, Indonesia
*E-mail : sakhaaudrie2000@gmail.com

## ABSTRACT

Cognitive dysfunction occurs in almost all elderly individuals and its prevalence continues to increase with age. Anatomical changes occur, such as brain shrinkage and biochemical changes in the Central Nervous System (CNS), which can themselves cause cognitive decline. One non-pharmacological way to improve cognitive function is with congklak board game therapy and brain gymnastics. The purpose of this study was to determine the effect of congklak board game and brain gymnastics on improving cognitive function in the elderly in the working area of the Kandang Health Center, Bengkulu City. The type of research is quantitative with a quasi-experimental design using a pre-test and post-test design with a control group with a total sample of 44 people divided into 2 groups, each group divided into 22 respondents. Sample selection used the probability sampling method by applying a simple random sampling technique, namely patients who met the inclusion and exclusion criteria. Data analysis was carried out using the Wilcoxon test and paired T test to see the difference in cognitive function scores before and after the intervention. The results showed that there was a difference between the cognitive function values before and after the intervention in both groups. In the intervention group, there was a significant difference with a value (p = 0.0001), while in the control group there was a significant difference with a value (p = 0.0001), meaning that there was an effect of congklak board game and brain gymnastics on improving cognitive function (p = 0.012). It is recommended that the elderly can utilize congklak board game therapy and brain gymnastics as a non-pharmacological alternative that can be done independently to improve cognitive function in the elderly.

**Keywords** : Congklak Board Game, Cognitive function, Brain gymnastics

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR ISI


**HALAMAN JUDUL SKRIPSI** ..... **iii**
**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI** ..... **iiii**
**HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI** ..... **iv**
**BIODATA** ..... **v**
**PERNYATAAN ORISINALITAS** ..... **vii**
**PERSEMBAHAN** ..... **viii**
**KATA PENGANTAR** ..... **x**
**ABSTRAK** ..... **xii**
**DAFTAR ISI** ..... **xiv**
**DAFTAR TABEL** ..... **xviii**
**DAFTAR BAGAN** ..... **xviiii**
**DAFTAR LAMPIRAN** ..... **xix**
**DAFTAR SINGKATAN** ..... **xx**
**DAFTAR GAMBAR** ..... **xxii**
**BAB I PENDAHULUAN** ..... **1**
A. Latar Belakang ..... 1
B. Rumusan Masalah ..... 6
C. Tujuan Penelitian ..... 7
1. Tujuan Umum ..... 7
2. Tujuan Khusus ..... 7
D. Manfaat Penelitian ..... 7
1. Manfaat Teoritis ..... 7
2. Manfaat Praktis ..... 7
**BAB II KONSEP TEORI** ..... **9**
A. Lansia ..... 9
1. Definisi Lansia ..... 9
2. Klasifikasi Lansia ..... 9
3. Tipe Tipe Lansia ..... 10
4. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia ..... 11
B. Konsep Kognitif ..... 13
1. Definisi Kognitif ..... 13
2. Definisi Fungsi Kognitif ..... 13
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Fungsi Kognitif 13
4. Gejala Gangguan Fungsi Kognitif Pada Lansia ..... 15
5. Dampak Gangguan Kognitif ..... 15
6. Aspek-Aspek Kognitif ..... 16
7. Tingkat Gangguan Fungsi Kognitif ..... 18
8. Pengukuran Fungsi Kognitif Dengan MMSE ..... 19


Kemenkes Poltekkes Bengkulu

C. Konsep Congklak *Board Game* ..... 20
1. Definisi ..... 20
2. Manfaat Congklak *Board Game* ..... 21
3. Prosedur Congklak *Board Game* ..... 21
4. Pengaruh Congklak *Board Game* Terhadap Fungsi Kognitif ... 23
D. Konsep Senam Otak ..... 25
1. Definisi ..... 25
2. Tujuan Senam Otak ..... 26
3. Manfaat Senam Otak ..... 26
4. Gerakan Senam Otak ..... 26
5. Pengaruh Senam Otak Terhadap Fungsi Kognif ..... 29
E. Konsep Memory Training ..... 31
1. Pengertian Memory Training ..... 31
2. Pengaruh Memory Training Terhadap Fungsi Kognitif ..... 31
3. Kerangka Teori ..... 33
**BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL ..... 34**
A. Kerangka Konsep ..... 34
B. Hipotesis ..... 35
C. Definisi Operasional ..... 35
**BAB IV METODE PENELITIAN ..... 43**
A. Jenis Penelitian ..... 43
B. Variabel Penelitian ..... 44
C. Lokasi Dan Waktu Penelitian ..... 44
D. Populasi Dan Sampel ..... 44
E. Pengumpulan Data ..... 47
F. Pengolahan Data ..... 48
G. Analisis Data ..... 49
H. Alur Penelitian ..... 50
I. Etika Penelitian ..... 51
**BAB V HASIL PENELITIAN ..... 53**
A. Jalannya Penelitian ..... 53
B. Hasil Penelitian ..... 56
1. Analisis Univariat ..... 56
2. Analisis Bivariat ..... 60
**BAB VI PEMBAHASAN ..... 63**
A. Gambaran Karakteristik Responden Di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu ..... 63
B. Gambaran Rata-Rata Nilai Fungsi Kognitif Lansia Sebelum
C. Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Pada Kelompok

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Intervensi Dan Kontrol ..... 65
D. Perbedaan Rata-Rata Nilai Fungsi Kognitif Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Intervensi Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol ..... 66
E. Perbedaan Rata-Rata Selisih Nilai Fungsi Kognitif Lansia Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol ..... 66
F. Pengaruh Congklak *Board Game* Dan Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol ..... 66
G. Keterbatasan Penelitian ..... 70
**BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN ..... 71**
A. Kesimpulan ..... 71
B. Saran ..... 72
**DAFTAR PUSTAKA ..... 73**
**LAMPIRAN ..... 77**

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Dependen Dan Independen..... 36
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarakan Usia, Pendidikan, Pekerjaan dan Riwayat Penyakit……..... 57
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Rata-Rata Skor Fungsi Kognitif Sebelum Dilakukan Perlakuan Pada Kedua Kelompok……..…….... 58
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Rata-Rata Skor Fungsi Kognitif Setelah Dilakukan Perlakuan Pada Kedua Kelompok…….…… 59
Tabel 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Rata Rata Selisih Fungsi Kognitif Pada Kedua Kelompok …… 60
Tabel 5.5 Perbedaan Skor Fungsi Kognitif Sebelum Dan Setelah Dilakukan Perlakuan Pada Kelompok Intervensi…… 61
Tabel 5.6 Perbedaan Skor Fungsi Kognitif Sebelum Dan Setelah Dilakukan Perlakuan Pada Kelompok Kontrol…… 61
Tabel 5.7 Pengaruh Congklak Board Game Dan Senam Otak Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Pada Lansia……..... 62

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori Penelitian ..... 34
Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian ..... 35
Bagan 4.1 Rancangan Penelitian ..... 43
Bagan 4.2 Alur Penelitian ..... 51

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Inform Consent* Dan Penjelasan Penelitian

Lampiran 2 Surat Permohonan Responden

Lampiran 3 Surat Persetujuan Responden

Lampiran 4 Lembar Pengukuran *Mini Mental Status Examination* (MMSE)

Lampiran 5 Standar Operasional Prosedur *Congklak Board Game* (CBG) *Dan* Senam Otak

Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur *Memory Training*

Lampiran 7 Master Tabel

Lampiran 8 Output SPSS

Lampiran 9 Surat Pra Penelitian Puskesmas Kandang

Lampiran 10 Surat Pra Penelitian Dinas Kesehatan Kota Bengkulu

Lampiran 11 Surat Dinkes

Lampiran 12 Surat Izin Penelitian

Lampiran 13 Surat Rekomendasi Penelitian Dinkes

Lampiran 14 Surat Kesbangpol

Lampiran 15 Surat Selesai Penelitian

Lampiran 16 Lembar Konsul Bimbingan

Lampiran 17 Dokumentasi

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

## DAFTAR SINGKATAN

**WHO** : *Word Health Organization*

**CBG** : *Congklak Board Game*

**MMSE** : *Mini Mental Status Examination*

**SSP** : Sistem Saraf Pusat

**IQ** : *Intelegentia Quotion*

**PBB** : Perserikatan Bangsa-Bangsa

**BPS** : Badan Pusat Statistik

# DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Gambar Papan Congklak

Gambar 2 Dokumentasi