

Hubungan Interaksi Sosial Dan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok Tahun 2023

Alya Fauziah

Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Indonesia Maju

Saiful Gunardi

Departemen Keperawatan, Universitas Indonesia Maju

Emi Yuliza

Departemen Keperawatan, Universitas Indonesia Maju

Korespondensi penulis: afauziah114@gmail.com

Abstract. *The decline in cognitive function can be influenced by various factors, both individual and environmental. Individual factors include age, gender, level of education, genetic factors, and medical history. Meanwhile, environmental factors include social engagement and activities, both physical and cognitive activities. This research aims to investigate the Relationship between Social Interaction and Physical Activity with Cognitive Function in the Elderly Population in Neighborhood 05 of Cilangkap Subdistrict, Tapos District, Depok City. The method used in this research utilizes a quantitative approach with a cross-sectional design, involving a sample of 55 respondents. The research results showed that the majority of respondents had good social interaction, totaling 32 respondents out of the total respondents. Of these, 23 (71.0%) respondents had a normal cognitive function, while 9 (28.1%) respondents experienced moderate cognitive impairment. Additionally, the majority of respondents with good physical activity and normal cognitive function amounted to 22 respondents (75.9%), while respondents with good physical activity and moderate cognitive impairment numbered 7 respondents (24.1%). In conclusion, the majority of respondents with good social interaction and good physical activity tended to have normal cognitive function.*

Keywords: *Elderly, Social Interaction, Physical Activity, Cognitive Function*

Abstrak. Penurunan fungsi kognitif dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, baik dari individu maupun lingkungan. Faktor individu meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, faktor genetik, dan riwayat penyakit. Sedangkan faktor lingkungan meliputi hubungan/keterlibatan sosial (social engagement) dan aktivitas, baik aktivitas fisik maupun aktivitas kognitif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Interaksi Sosial dan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional* dengan sampel 55 responden. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden interaksi sosial baik berjumlah 32 responden dari total responden, 23 (71,0%) responden dengan fungsi kognitif normal, 9 (28,1%) responden mengalami gangguan fungsi kognitif sedang dan mayoritas responden dengan aktivitas fisik baik dan fungsi kognitif normal sebanyak 22 responden (75,9%), responden dengan aktivitas fisik baik dan fungsi kognitif gangguan sedang sebanyak 7 responden (24,1%). Kesimpulan penelitian ini mayoritas memiliki interaksi sosial yang baik dan aktivitas fisik baik cenderung memiliki fungsi kognitif yang normal.

Kata Kunci: Lansia, Interaksi Sosial, Aktivitas Fisik, Fungsi Kognitif

LATAR BELAKANG

Peraturan Menteri Kesehatan Pasal 25 Tahun 2016 Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019. Orang lanjut usia adalah orang yang berumur 60 (enam puluh) tahun ke atas. Lansia mengalami banyak perubahan secara fisik, mental dan sosial. Perubahan fisik meliputi penurunan kekuatan fisik, stamina, dan penampilan. Hal ini dapat membuat sebagian orang merasa tertekan atau tidak bahagia seiring bertambahnya usia. mereka menjadi tidak efektif

Received: Februari 29, 2024; Accepted: Maret 27, 2024; Published: Maret 30, 2024

* Alya Fauziah, afauziah114@gmail.com

dalam pekerjaan dan peran sosial ketika mereka bergantung pada energi fisik yang tidak lagi mereka miliki (Putri, 2021).

Pada tahun 2030, diperkirakan setidaknya 1/6 penduduk dunia akan berusia lanjut (WHO, 2022). Jumlah penduduk berusia di atas 60 tahun di dunia diperkirakan akan meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2020 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050 (Mukrimaa et al., 2022). Pada tahun 2019, proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia sebesar 9,60% atau sekitar 25,64 juta jiwa (BPS, 2019). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022, proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia meningkat dari 7,57% pada tahun 2012 menjadi 10,48% pada tahun 2022 dalam sepuluh tahun terakhir. Jumlah ini diperkirakan akan terus tumbuh hingga 19,9% pada tahun 2045. Jumlah penduduk lanjut usia di Kota Depok akan mencapai 515.777 jiwa pada tahun 2022, menurut Dinas Kesehatan Kota Depok.

Pada lansia, penurunan kognitif menjadi alasan terbesar mengapa mereka tidak mampu melakukan aktivitas normal sehari-hari, dan juga merupakan alasan paling umum mengapa lansia bergantung pada orang lain untuk mengurus dirinya sendiri (care dependency). Menurut Direktorat Jenderal Pelayanan Medis Kementerian Kesehatan, prevalensi gangguan kognitif pada lansia di Indonesia sekitar 32,4% (Noor & Merijanti, 2020).

Hasil studi pendahuluan di RW 05 Kelurahan Cilangkapi pada tanggal 17 Juli 2023, populasi lansia sebanyak 118 orang. Setelah dilakukan wawancara dan observasi, diketahui terdapat 10 lansia yang mengalami gangguan fungsi kognitif. Salah satu upaya untuk mempertahankan dan mencegah penurunan fungsi kognitif dengan menumbuhkan dan membina hubungan saling percaya, saling bersosialisasi dalam berinteraksi sosial dan selalu melakukan aktivitas fisik.

KAJIAN TEORITIS

Lansia atau lanjut usia adalah periode dimana manusia telah mencapai kemasakan dalam ukuran dan fungsi. Setiap makhluk hidup mengalami semua proses yang disebut menua atau penuaan. Penuaan bukanlah suatu penyakit, melainkan suatu proses yang lambat laun menimbulkan perubahan kumulatif dimana daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam dan luar tubuh melemah (Mujiadi & Rachmah, 2022). Lansia merupakan tahap terakhir dari proses penuaan. Penuaan merupakan suatu kondisi yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Penuaan merupakan suatu proses alamiah, artinya seseorang telah melewati tiga tahapan yaitu

masa kanak-kanak, masa dewasa, dan masa tua. Seseorang mengalami perubahan seiring bertambahnya usia (Putri, 2021).

Proses penuaan pada lanjut usia menyebabkan terjadinya perubahan pada berbagai sistem fisiologis tubuh pada lanjut usia, salah satunya adalah sistem saraf. Perubahan tersebut menyebabkan terjadinya penurunan fungsi otak pada lansia yaitu penurunan massa otak dan penurunan aliran darah otak. Selain itu menyebabkan proliferasi astrosit, sehingga neurotransmitter (dopamin atau serotonin) berubah, perubahan ini meningkatkan aktivitas enzim monoamine oksidase. Banyak faktor, baik individu maupun lingkungan, yang dapat menyebabkan penurunan kognitif. Faktor individu meliputi usia, jenis kelamin, faktor genetic, tingkat Pendidikan dan riwayat kesehatan. Sedangkan faktor lingkungan meliputi hubungan/partisipasi sosial dan aktivitas, baik fisik maupun kognitif (Wreksoatmodjo, 2016).

Menurut Wreksoatmodjo (2016), seseorang yang ingin berpartisipasi aktif dalam interaksi sosial, seperti kontak mata, keterlibatan emosional, dan respons situasional, memiliki kemampuan kognitif yang baik. Lansia yang masih memiliki interaksi sosial yang baik dan aktif secara emosional serta selalu berhubungan dengan teman dan keluarga akan menunjukkan kemampuan kognitif yang normal dan selalu terjaga baik (*short term memory*) memori jangka pendek maupun (*long term memory*) memori jangka Panjang nya.

Interaksi sosial merupakan suatu hubungan timbal balik, saling mempengaruhi dalam berpikir dan bertindak, serta tidak dapat dipisahkan dari hubungan antar individu, masyarakat, dan masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Interaksi sosial disebabkan karena manusia merupakan makhluk sosial yang berinteraksi dengan orang lain tidak hanya untuk mempertahankan hidupnya tetapi juga untuk melakukan aktivitas lain (Ihsan et al., 2021).

Aktivitas fisik diduga dapat meningkatkan faktor tropik dan pertumbuhan saraf, sehingga diyakini dapat mencegah penurunan kognitif. Tingkat aktivitas fisik yang baik dan berkelanjutan berkaitan dengan fungsi kognitif. Aktivitas fisik dapat meningkatkan vaskularisasi di otak dan meningkatkan kadar dopamin (Wreksoatmodjo, 2016). Aktivitas fisik merupakan aktivitas yang melibatkan pergerakan bagian tubuh yang memerlukan energi dan bermanfaat bagi kesehatan mental.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi yang digunakan Lansia berusia >60 tahun berjumlah 118 orang di RW 05 Kelurahan Cilangkap Kota Depok, Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *probability sampling* dengan Teknik *simple random sampling* dengan jumlah 55 responden. Peneliti menggunakan uji Chi Square dengan tingkat kepercayaan 95% atau tingkat kemaknaan sebesar 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	47,3 %
Perempuan	29	52,7 %
Usia		
45-59 tahun	0	0%
60-74 tahun	46	83,6%
75-90 tahun	9	16,4%
>90 tahun	0	0%

Pada Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok yaitu responden laki-laki sebanyak 26 responden atau 47,3%, sedangkan responden perempuan sebanyak 29 responden atau 52,7%. Dari tabel diatas didapatkan hasil bahwa responden perempuan lebih mendominasi daripada responden laki-laki. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok yaitu responden usia 45-59 tahun sebanyak 0 responden, responden usia 60-74 tahun sebanyak 46 responden atau 83,6%, responden usia 75-90 tahun sebanyak 9 responden atau 16,4%, responden usia >90 tahun sebanyak 0 responden. Dari tabel diatas didapatkan hasil bahwa responden yang mendominasi yaitu responden usia 60-74 tahun.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Interaksi Sosial Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

Interaksi Sosial	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	32	58,2%
Kurang Baik	23	41,8%
Total	55	100%

Pada Tabel 2 merupakan hasil dari interaksi sosial lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok menunjukkan bahwa dari 55 responden, sebanyak 32 (58,2%) responden memiliki interaksi sosial yang baik dan 23 (41,8%) responden memiliki interaksi sosial yang kurang baik.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

Aktivitas Fisik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	29	52,7%
Kurang Baik	26	47,3%
Total	55	100%

Pada Tabel 3 merupakan hasil dari aktivitas fisik lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok menunjukkan bahwa dari 55 responden, sebanyak 29 (52,7%) responden memiliki aktivitas fisik yang baik dan 26 (47,3%) responden memiliki aktivitas fisik yang kurang baik.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Fungsi Kognitif Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

Fungsi Kognitif	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	24	43,6%
Gangguan Sedang	21	38,2%
Gangguan Berat	10	18,2%
Total	55	100%

Pada Tabel 4 merupakan hasil dari fungsi kognitif lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok menunjukkan bahwa dari 55 responden, sebanyak 24 (43,6%) responden memiliki fungsi kognitif normal, 21 (38,2%) responden memiliki fungsi kognitif dengan gangguan sedang dan 10 (18,2%) responden memiliki fungsi kognitif dengan gangguan berat.

Analisa Bivariat

Tabel 5 Hubungan interaksi sosial dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

Interaksi Sosial	Fungsi Kognitif						Tota	
	Normal	%	Gangguan Sedang	%	Gangguan Berat	%	1	%
Baik	23	71,9	9	28,1	0	0	32	100
Kurang Baik	1	4,3	12	52,2	10	43,5	23	100
Jumlah	24	43,6	21	38,2	10	18,2	55	100

P-Value .000

Pada table 5 diperoleh responden dengan Interaksi sosial yang baik dan menunjukkan fungsi kognitif normal sebanyak 23 responden (71,9%), responden dengan Interaksi sosial yang baik dan menunjukkan fungsi kognitif gangguan sedang sebanyak 9 responden (28,1%) sedangkan responden dengan Interaksi sosial yang baik dan menunjukkan fungsi kognitif dengan gangguan berat sebanyak 0 atau tidak ada yang mengalami gangguan berat. Sedangkan responden dengan interaksi sosial yang kurang baik dan menunjukkan fungsi kognitif normal sebanyak 1 responden (4,4%), responden dengan interaksi sosial yang kurang baik dan menunjukkan fungsi kognitif dengan gangguan sedang sebanyak 12 responden (52,2%), sedangkan responden dengan interaksi sosial kurang baik dan menunjukkan fungsi kognitif gangguan berat sebanyak 10 responden (43,5%).

Hasil uji dari tabel tabulasi silang diatas dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan nilai probalitas atau taraf kesalahan (p-value : 0,00) maka H1 diterima H0 ditolak yang berarti ada Hubungan Interaksi Sosial dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok.

Tabel 6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

Aktivitas Fisik	Fungsi Kognitif						Total	
	Normal	%	Gangguan Sedang	%	Gangguan Berat	%		%
Baik	22	78,9%	7	24,1%	0	0	29	

Kurang	2	7,7%	14	53,8%	10	38,5%	26
Baik							
Total	24		21		10		55
P-Value .000							

Pada table 6 diperoleh bahwa responden dengan aktivitas fisik baik dan fungsi kognitif normal sebanyak 22 responden (75,9%), responden dengan aktivitas fisik baik dan fungsi kognitif gangguan sedang sebanyak 7 responden (24,1%) sedangkan responden dengan aktivitas fisik baik dan fungsi kognitif dengan gangguan berat sebanyak 0. Sedangkan responden dengan aktivitas fisik yang kurang baik dan menunjukkan fungsi kognitif normal sebanyak 2 responden (7,7%), responden dengan aktivitas fisik yang kurang baik dan menunjukkan fungsi kognitif dengan gangguan sedang sebanyak 14 responden (53,8%), sedangkan responden dengan interaksi sosial kurang baik dan menunjukkan fungsi kognitif gangguan berat sebanyak 10 responden (43,5%).

Hasil uji dari tabel tabulasi silang diatas dengan menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan nilai probalitas atau taraf kesalahan (p-value : 0,00) maka H1 diterima H0 ditolak yang berarti ada Hubungan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok.

PEMBAHASAN

Hubungan interaksi sosial dengan fungsi kognitif pada lansia

Dari hasil penelitian didapatkan ada hubungan yang signifikan antara interaksi sosial dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok. Penelitian ini dibuktikan dengan Faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan kemampuan kognitif adalah usia, jenis kelamin, genetik, riwayat penyakit, aktivitas fisik, Interaksi sosial (Wreksoatmodjo, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh (Syariyanti, 2020) dari hasil uji statistik correlation spearman rank menunjukkan suatu hubungan korelasi yang bermakna antara interaksi sosial dengan fungsi kognitif pada lansia. Lansia dengan interaksi sosial yang kurang, maka akan menimbulkan fungsi kognitif berat. Sedangkan jika interaksi sosial baik maka akan menimbulkan fungsi kognitif utuh.

Menurut penelitian (Hutasuhut et al., 2020) hasil penelitian didapatkan ada hubungan yang signifikan antara keterlibatan sosial dengan fungsi kognitif pada lansia. Hal ini berkorelasi dengan seseorang yang berpartisipasi secara aktif dalam interaksi sosial seperti kontak mata, keterikatan emosional, dan ikut serta dalam memberikan respon suatu situasi memiliki

kemampuan kognitif yang baik. Asumsinya lansia yang masih mempunyai pasangan dan aktif secara emosional dan selalu berinteraksi setiap hari dengan pasangan dan keluarga akan menunjukkan kemampuan kognitif normal dan akan selalu terjaga baik short term memory dan long term memory nya.

Asumsi peneliti yaitu lansia yang memiliki tingkat interaksi sosial yang baik cenderung mampu menunjukkan fungsi kognitif normal. Interaksi sosial yang meliputi kontak sosial dan komunikasi memainkan peranan penting terhadap status fungsional kognitif. Upaya yang biasa dilakukan oleh lansia di masyarakat ikut berpartisipasi terhadap kegiatan sosial maupun berkumpul dengan keluarga dan kerabat dekat, menggunakan media social, senam maupun jalan – jalan, tidak pernah merasa iri dan ingin merasa lebih dari lansia lainnya serta lebih senang bila bergabung dengan teman – teman untuk saling mengobrol dan keterlibatan lansia dalam lingkungan masyarakat yang menjadi indikator utama terhadap kesehatan lansia.

Hubungan aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia

Dari hasil penelitian didapatkan ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Maulina & Ulfa, 2022) lansia yang melakukan aktivitas fisik sehari-hari memiliki derajat fungsi kognitif yang setara dengan lansia pada umumnya (derajat normal). Tingkat aktivitas fisik lansia menurun seiring dengan bertambahnya usia. Pada dasarnya, diketahui bahwa aktivitas fisik penting untuk kemandirian, merupakan usaha preventif untuk mencegah masalah kesehatan kronis dan mampu meningkatkan kualitas hidup lansia. Hasil penelitian (Cahyaningrum, 2022) mengatakan peningkatan fungsi kognitif lansia dapat diupayakan dengan teratur melakukan aktivitas fisik. Kinerja fungsional kognitif lansia dapat ditingkatkan dengan olahraga atau program aktivitas fisik jangka pendek.

Hasil penelitian (Hutasuhut et al., 2020) didapatkan ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kedaton Bandar Lampung tahun 2018, dimana responden dengan aktivitas fisik yang rendah memiliki peluang 4 kali lebih besar terhadap gangguan fungsi kognitif. Aktivitas fisik berperan dalam mempertahankan fungsi kognitif melalui tiga mekanisme, yaitu angiogenesis pada otak, perubahan synaptic reverse, dan menghilangkan penumpukan amiloid. Aktivitas fisik dapat mempertahankan aliran darah yang optimal dan juga meningkatkan penghantaran nutrisi ke otak. Selain itu aktivitas fisik juga memfasilitasi metabolisme neurotransmitter, menghasilkan faktor tropik yang

merangsang proses neurogenesis, meningkatkan stimulasi aktivitas molekuler dan seluler di otak yang nantinya mendukung dan menjaga plastisitas otak yang dapat menyebabkan degenerasi neuronal yang berdampak terhadap kognitif,

Peneliti berasumsi bahwa untuk menjaga fungsi kognitif pada lansia agar fungsi kognitif tetap utuh maka diperlukan aktivitas fisik secara rutin seperti melakukan kegiatan berkebun, jalan santai atau senam khusus lansia. Sehingga lansia tidak hanya berdiam diri dan dapat meningkatkan derajat kesehatan lansia serta memperbaiki kinerja fungsi kognitif lansia karena aktivitas fisik meningkatkan kinerja kognitif dengan meningkatkan kadar neurotropin, kondisi tubuh, menjaga aliran darah ke otak dan meningkatkan suplai nutrisi ke otak, sehingga pembuluh darah terstimulasi baik dan suplai energi serta oksigen ke otak meningkat. meningkatnya aliran darah ke otak akan merangsang suatu area otak yang berperan dalam pembentukan memori pada fungsi kognitif lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan penelitian ini mayoritas memiliki interaksi sosial yang baik dan aktivitas fisik baik cenderung memiliki fungsi kognitif yang normal.

1. Responden Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok sebanyak 55 responden, didapatkan hasil bahwa responden perempuan lebih mendominasi daripada responden laki-laki dan mayoritas responden berusia 60-74 tahun.
2. Interaksi sosial lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok menunjukkan bahwa dari 55 responden mayoritas memiliki interaksi sosial yang baik.
3. Aktivitas fisik lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok menunjukkan bahwa dari 55 responden mayoritas memiliki aktivitas fisik yang baik.
4. Fungsi kognitif lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok menunjukkan bahwa dari 55 responden mayoritas memiliki fungsi kognitif normal.
5. Berdasarkan hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa ada Hubungan Interaksi Sosial dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok.
6. Berdasarkan hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa ada Hubungan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Wilayah RW 05 Kelurahan Cilangkap Kecamatan Tapos Kota Depok

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningrum, E. D. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 27–36. <https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.111>
- Hutasuhut, A. F., Anggraini, M., & Angnesti, R. (2020). Analisis Fungsi Kognitif Pada Lansia Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Riwayat Pendidikan, Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik, Aktivitas Kognitif, Dan Keterlibatan Sosial. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(1), 60–75. <https://doi.org/10.33024/jpm.v2i1.2428>
- Ihsan, A., Sugiyanto, & Sumarlan. (2021). Hubungan Interaksi Sosial, Spiritual dan Psikologis Di Dusun Keppe Desa Rantebelu Kecamatan Larompong. *Journal Kesehatan Luwu Raya*, 8(1), 93–98.
- Maulina, B., & Ulfa, A. (2022). Peran Intensitas Aktivitas Fisik Sehari-Hari Terhadap Derajat Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 21(1), 116–122. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v21i1.236>
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. In *CV Jejak, anggota IKAPI*.
- Mukrimaa, S. S., Nurdyansyah, Fahyuni, E. F., YULIA CITRA, A., Schulz, N. D., د. غسان, Taniredja, T., Faridli, E. M., & Harmianto, S. (2022). STATISTIK PENDUDUK LANJUT USIA 2022. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 6, Issue August).
- Noor, C. A., & Merijanti, L. T. (2020). Hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(1), 8–14. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.8-14>
- Putri, D. E. (2021). HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(4), 6.
- Syariyanti, D. S. I. (2020). Hubungan Harga Diri Dan Interaksi Sosial Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 10.
- Wreksoatmodjo, B. R. (2016). *Analisis Komponen Aktivitas dan Jaringan Sosial yang Berpengaruh terhadap Fungsi Kognitif Lanjut Usia*. Majalah Cermin Dunia Kedokteran.