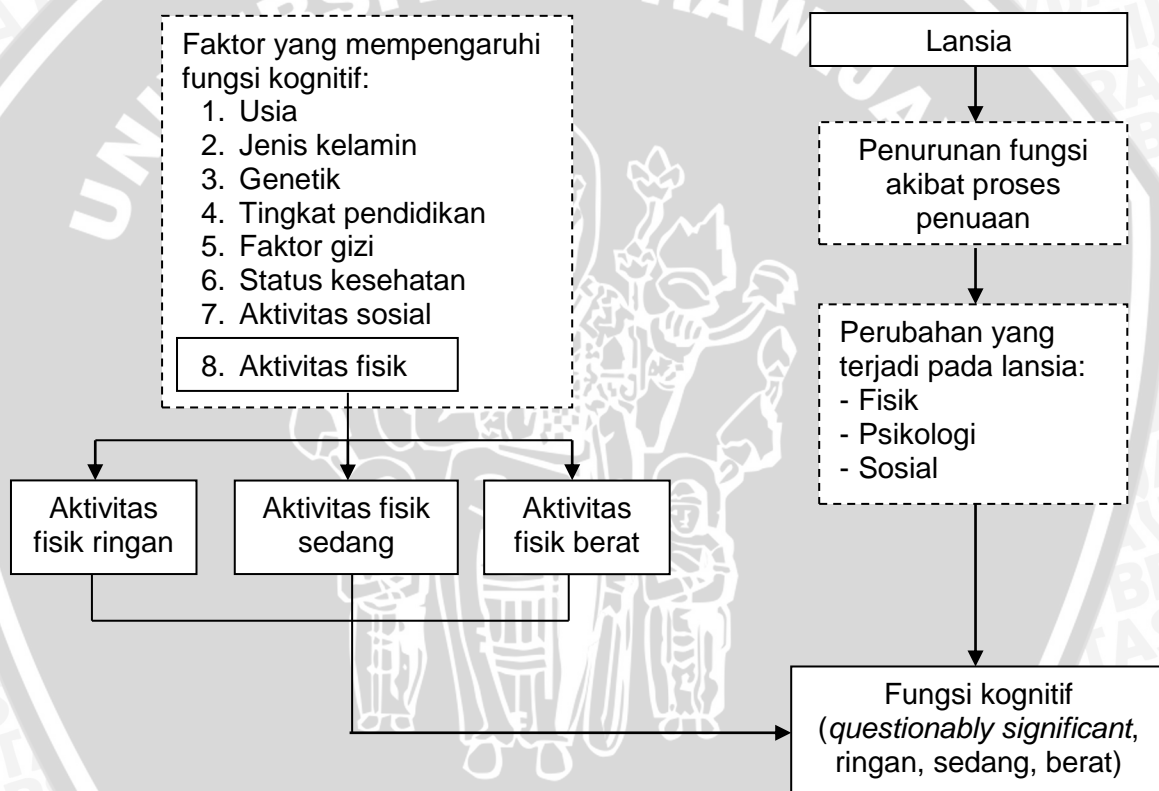


BAB 3

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan:

- = diteliti
- = tidak diteliti
- = berpengaruh

### 3.1.1 Deskripsi Kerangka Konsep Penelitian

Pada lansia akan terjadi penurunan fungsi akibat dari proses penuaan. Penurunan fungsi tersebut akan mengakibatkan perubahan pada lansia yang meliputi perubahan pada aspek fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu bentuk perubahan pada lansia yang melibatkan aspek fisik adalah penurunan fungsi kognitif. Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap fungsi kognitif antara lain usia, jenis kelamin, genetik, tingkat pendidikan, faktor gizi, status kesehatan, aktivitas sosial, dan aktivitas fisik. Penurunan fungsi kognitif ini akan menyebabkan ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah, berpikir, dan adanya gangguan memori atau ingatan, serta disorientasi. Faktor yang berperan penting dalam fungsi kognitif salah satunya adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik dibedakan menjadi 3, yaitu aktivitas fisik ringan, sedang, dan berat. Aktivitas fisik memiliki manfaat fisiologis di tubuh yang berkaitan langsung dengan aktivitas fisik, yaitu memperbaiki endotel vaskuler, meningkatkan fungsi jantung, menurunkan proses inflamasi pada neuron otak, dan meningkatkan sinaptogenesis. Secara umum, aktivitas fisik nantinya akan berpengaruh terhadap fungsi kognitif pada lansia.

### 3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif lansia.