



SKRIPSI, Agustus 2020

Nila Wahyuni

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

ABSTRAK

HUBUNGAN SENAM VITALISASI OTAK TERHADAP PENINGKATAN DAYA INGAT JANGKA PENDEK PADA WANITA LANSIA (USIA 60 – 70 TAHUN)

Terdiri dari VI Bab, 66 Halaman, 5 Tabel, 13 Gambar, 3 Skema, 5 Lampiran

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan senam vitalisasi otak terhadap peningkatan daya ingat jangka pendek pada wanita lansia usia 60 – 70 tahun. **Metode:** Penelitian ini merupakan jenis penelitian non eksperimental berupa studi korelasi. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Total sampel dalam penelitian ini adalah 50 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok dan tiap kelompok berjumlah 25 orang. Kelompok I mengikuti senam vitalisasi otak dan kelompok II tidak mengikuti senam vitalisasi otak. Nilai daya ingat jangka pendek diukur dengan *Scenery Picture Memory Test (SPMT)*. **Hasil:** Uji *Mann-whitney U* didapatkan $p < 0,001$. Rata-rata dan daya ingat jangka pendek wanita lansia $20,36 \pm 1,03$. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan senam vitalisasi otak terhadap peningkatan daya ingat jangka pendek pada wanita lansia usia 60 – 70 tahun di Posyandu Lansia Ayah Bunda Ganting, Padang.

Kata Kunci: *Senam vitalisasi otak, daya ingat jangka pendek, wanita lansia.*