

**BRAIN GYM UNTUK MENGATASI DEPRESI
PADA LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Fisioterapi
pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh
APRILYA HASTUTI
E2016007

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH
SURAKARTA
2020**

**BRAIN GYM UNTUK MENGATASI DEPRESI
PADA LANSIA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan Fisioterapi
pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta**

Oleh
APRILYA HASTUTI
E2016007

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
SURAKARTA
2020**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

***BRAIN GYM* UNTUK MENGATASI DEPRESI PADA LANSIA**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan terapan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 18 Juli 2020



Aprilya Hastuti

E2016007

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aprilya Hastuti

NIM : E2016007

Jenis Karya : Skripsi

Judul : *Brain Gym* untuk Mengatasi Depresi pada Lansia

Dengan ini menyatakan dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surakarta

Pada Tanggal 18 Juli 2020

Yang Menyatakan



(Aprilya Hastuti)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

***BRAIN GYM* UNTUK MENGATASI DEPRESI PADA LANSIA**

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada ujian sidang skripsi Program Studi
DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 18 Juli 2020

Pembimbing I



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or.
NIDN. 0605059001

Pembimbing II



Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M.
NIDN. 0609029501



Mengetahui
Kaprodidi DIV Fisioterapi



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or.
NIDN. 0605059001

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

***BRAIN GYM* UNTUK MENGATASI DEPRESI PADA LANSIA**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta. skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 2020 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 4 Agustus 2020

Mengesahkan,

- Penguji 1. Leo Muchammad Dahlan, SSt.FT., M. Kes. (.....)
NIP. 197103181994031007
2. Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or. (.....)
NIDN. 0605059001
3. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M. (.....)
NIDN. 0609029501



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikumWr.Wb

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “*Brain Gym* untuk Mengatasi Depresi pada Lansia”. Skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Selesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun material secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai, terutama kepada yang saya hormati :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or. selaku Ketua Program Studi D IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, dan selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Rini Widarti, SSt.FT., M. Or. selaku Sekretaris Program Studi D IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan kritik, saran dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu dosen dan staf di lingkungan Program Studi D IV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

6. Kedua orang tua saya Bapak Ngatimin dan Ibu Ngatinem yang selalu mendo'akan, memberi semangat, motivasi dan dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Keluarga besar saya yang telah memberi do'a dan motivasi kepada saya.
8. Kepada sahabat-sahabat terbaik saya keluarga ABS (Inna, Bella, Nuri, Restina) yang telah membantu dan selalu memberi motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2016.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga dengan berbagai kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan karya tulis ini memberikan manfaat bagi teman sejawat fisioterapi dan lembaga kesehatan.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb

Surakarta, 2 Juli 2020

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'A. M.' or similar, enclosed within a hand-drawn rectangular box.

Penulis