

**PENGARUH KOMBINASI *BRAIN GYM* DAN *SQUARE STEPPING EXERCISE* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF  
LANSIA**

**SKRIPSI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada  
Program Studi Diploma IV Fisioterapi Universitas Aisyiyah Surakarta**



**Oleh :**

**ORISYA GRAPY PERMADHANI**  
**E2019033**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

**PENGARUH KOMBINASI *BRAIN GYM* DAN *SQUARE STEPPING EXERCISE* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF  
LANZIA**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**ORISYA GRAPY PERMADHANI  
E2019033**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

**PENGARUH KOMBINASI *BRAIN GYM* DAN *SQUARE STEPPING EXERCISE* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF  
LANSIA**

**SKRIPSI**

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

**Oleh :**

**ORISYA GRAPY PERMADHANI  
E2019033**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA  
2023**

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PENGARUH KOMBINASI *BRAIN GYM* DAN *SQUARE STEPPING EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA**

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

Surakarta, 27 Mei 2023



Orisyia Grapy Permadhani

NIM E2019033

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Orisya Grapy Permadhani

NIM : E2019033

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Kombinasi *Brain Gym* dan *Square Stepping Exercise* Terhadap Peningkatan Fungsi Kognitif Lansia.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-Esklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) Kepada Universitas ‘Aisyuyah Surakarta atas Karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, Univesitas ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk data (*data base*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 26 Mei 2023

Yang Menyatakan



(Orisya Grapy Permadhani)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

### **PENGARUH KOMBINASI *BRAIN GYM* DAN *SQUARE STEPPING EXERCISE* TERHADAP FUNGSI KOGNITIF LANSIA**

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada siding skripsi Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 27 Mei 2023

Pembimbing



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

Mengethui,

Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis  
NIDN. 0615059502

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

### PENGARUH KOMBINASI BRAIN GYM DAN SQUARE STEPPING EXERCISE TERHADAP FUNGSI KOGNITIF LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah memenuhi syarat sah sebagai skripsi pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 3 Agustus 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Cahyo Setiawan, S.Ftr., M.K.M

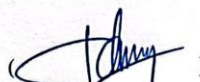


NIDN. 0625109601

2. Rini Widarti, S.ST. FT., M.Or

NIDN. 0627088801

3. Alinda Nur Ramadhani, S.Fis, M.KM.

NIDN. 0609029501

()  
()  
()

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.-Tr.-Ftr., M.Fis  
NIDN-0615059502

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Penulis mengucapkan terima kasih :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati, S.Tr. Ftr., M.Fis selaku Ketua Program Studi Diploma IV Universitas 'Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Alinda Nur Ramadhani, S.Fis., M.K.M selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan kritik, saran, masukan, dan bimbingan untuk menyelesaikan skripsi.
5. Diri saya sendiri, terimakasih sudah mampu menyelesaikan skripsi dengan semaksimal mungkin.
6. Kedua orang tua saya, Bapak Kawit Raharjo dan Ibu Purwani Setyaningsih, serta kakak saya Offika Puridawati yang selalu mendo'akan, memberikan semangat, dan memberikan dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi.
7. Bintang Putra Pradana yang selalu memberikan dukungan dalam pembuatan skripsi ini.
8. Sahabat saya Salma Aulia dan Nadiyah Safira Slamet yang mau menerima keluhan dalam proses penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini jauh dari kesempurnaan, semoga berbagai kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi masa yang akan datang. Penulis mengharapkan karya tulis memberikan manfaat bagi teman sejawat fisioterapi dan lembaga Kesehatan.

Surakarta, 17 Maret 2023

Penulis