

ABSTRAK

Penuaan akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan baik sosial, ekonomi, maupun kesehatan. Pertambahan usia dan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular merupakan faktor utama penyebab penurunan fungsi kognitif yang kelak akan meningkatkan penyakit alzheimer dan demensia lainnya pada kelompok lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia di Posyandu Lansia Wulan Erma Kelurahan Menanggal Surabaya.

Desain penelitian ini analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di Posyandu Lansia Wulan Erma Kelurahan Menanggal Surabaya yang berjumlah 75 orang. Besar sampel dalam penelitian ini sebesar 67 orang, Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis lebih lanjut menggunakan uji *Mann Whitney*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah gaya hidup dan variabel dependen adalah fungsi kognitif.

Hasil penelitian dari 67 responden terdapat 34 responden sebagian besar (50,7%) dengan gaya hidup sehat dan 46 responden sebagian besar (68,7%) dengan fungsi kognitif normal. Analisis lebih lanjut menggunakan uji *Mann Whitney* dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$, di dapatkan bahwa $P = 0,000$ yang berarti $p < \alpha$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan antara gaya hidup dengan fungsi kognitif pada lansia di Posyandu Lansia Wulan Erma Kelurahan Menanggal Surabaya.

Simpulan dari penelitian ini semakin baik gaya hidup lansia maka semakin baik pula fungsi kognitif lansia. Diharapkan para lansia untuk menjaga fungsi kognitif dengan melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kognitif seperti membaca koran, membaca buku dan melakukan kegiatan yang bersifat konsep lainnya.

Kata kunci : gaya hidup, fungsi kognitif, lansia