

**PENGARUH SUSU TEMPE SEBAGAI SUPLEMEN TERHADAP KESEHATAN  
KOGNITIF PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA DUSUN BRAJAN  
TAMANTIRTO KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA**

**Karya Tulis Ilmiah**

**Untuk memenuhi syarat memperoleh derajat**

**Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**



**HEVEA NURSERY**

**20090320056**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2013**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Proposal Karya Tulis Ilmiah**


**PENGARUH SUSU TEMPE SEBAGAI SUPLEMEN TERHADAP  
KESEHATAN KOGNITIF PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA  
DUSUN BRAJAN TAMANTIRTO KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA**

**Telah disetujui pada tanggal:**

Oleh: **HEVEA NURSERY**  
**NIM 20090320056**

Pembimbing  
drh. Zulkhah Noor, M.Kes

Penguji  
Yuni Permatasari I, Ns., M.Kep., Sp.KMB



**Mengetahui**

**Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

  
(dr) Prambno, Sp.An., M.Kes



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya tulis ini saya persembahkan kepada mereka yang telah berperan besar bagi perjalanan hidup saya, kepada :

Ayahanda (Suprpto) dan Ibunda (Wahyuningsih) terimakasih atas doa dan dukungan moral serta materil. Kalian adalah orang pertama yang percaya dengan kemampuan saya. Saya sayang kalian.

Abang kandung yang sangat saya sayangi Karya Prayunto, terimakasih telah memberikan motivasi dan menjadi inspirasi untuk saya. Saya tunggu bonusnya setelah ini mas. Hehee...

Keluarga besar Paijo Bakri dan Marjono, Bude, Pakde, Tante, Om dan semua sepupu yang selalu memberikan dukungan dan motivasi bagi saya, terimakasih.

Kak Cahya Suryadi yang sudah memberikan pompa semangat saat mood saya naik turun dalam mengerjakan KTI, terimakasih. Cemunguud. Hehee...

Para sahabat-sahabat yang telah memberikan dukungan dan motivasi Emi, Yuli, Amok, Zatria, Maman, Iko, Mimin, Yasin, Eka Rora, Nurafriyani, Yunita, Fitri, Nilam, Mba Baiq, Ina, Irma, Nisa, Fina, Eka Wnp serta semua teman-teman seperjuangan PSIK UMY 2009.

Jazakamullah Khair Katsir,  
Semoga Allah memberikan balasan yang lebih baik  
Amin.

## MOTTO



Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang.

1. Demi masa.
2. Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian.
3. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran. Qs. 103 (Qs. Al-‘Ashr)

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan mengucap rasa syukur Alhamdulillah kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “ Pengaruh Susu Tempe Sebagai Suplemen Terhadap Kesehatan Kognitif pada Lansia di Posyandu Lansia Dusun Brajan Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta “ disusun sebagai syarat memperoleh gelar derajat Sarjana Keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Sholawat dan salam senantiasa tercurah bagi junjungan alam Nabi Muhammad SAW. Semoga pelita yang dibawa beliau senantiasa menjadi dambaan dan pedoman setiap insan yang merindukan kemuliaan hidup.

Terselesainya Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari dukungan serta dorongan baik moril dan materiil dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. dr. Ardi Pramono, Sp.An.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Sri Sumaryani, Ns.,M.Kep.,Sp.Mat. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. drh. Zulkhah Noor, M.Kes. selaku dosen pembimbing atas kesabaran dan telah berkenan memberikan bantuan, pengarahah dan bimbingan yang sangat berharga bagi terlaksanakannya Karya Tulis Ilmiah ini.

4. Yuni Permatasari I, Ns.,M.Kep.,Sp.KMB. selaku penguji yang telah memberikan koreksi serta masukan bagi terlaksanakannya Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ayahanda Suprpto, Ibunda Wahyuningsih dan Karya Prayunto yang selalu memberikan dukungan dan doa.
6. Keluarga besar Paijo Bakri dan Marjono, Bude, Pakde, Tante, Om dan semua sepupu yang selalu memberikan dukungan dan motivasi bagi saya.
7. Responden dan kader di Posyandu Lansia Desa Brajan Tamantirto Kasihan Bantul yang telah membantu peneliti selama penelitian ini berlangsung.
8. Para sahabat-sahabat yang telah memberikan dukungan dan motivasi Emi, Yuli, Amok, Zatria, Maman, Iko, Mimin, Yasin, Kak Cahya, Eka Rora, Nurafriyani, Yunita, Fitri, Mba Nilam, Mba Baiq, Ina, Irma, Nisa, Fina serta semua teman-teman seperjuangan PSIK UMY 2009.

Penulis berharap semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk pihak yang membutuhkan informasi yang berkaitan dengan tema penelitian ini. Namun demikian penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis berharap selalu ada keinginan dari berbagai pihak untuk melengkapi, memperbaiki dan penyesuaian sesuai dengan perkembangan waktu sehingga dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, Juli 2013

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
MOTTO HIDUP.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR SKEMA DAN TABEL.....	x
DAFTAR SINGKATAN .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
INTISARI .....	xiii
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
F. Penelitian Terkait.....	8
<b>BAB II : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori.....	10
1. Lanjut Usia.....	10
2. Kesehatan Kognitif.....	15

3. Nutrisi.....	20
4. Tempe.....	22
5. Susu Tempe.....	25
B. Kerangka Konsep.....	26
C. Hipotesis.....	27

### **BAB III : METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	28
B. Populasi dan Sampel.....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel.....	29
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
D. Variabel .....	31
1. Variabel Bebas.....	31
2. variabel Terikat.....	31
E. Definisi Operasional.....	32
1. Susu Tempe.....	32
2. Kesehatan Kognitif.....	32
F. Hubungan Antar Variabel.....	33
G. Instrumen Penelitian.....	33
H. Uji Validitas dan Reabilitas.....	33
I. Cara Pengumpulan .....	34
J. Alur Penelitian.....	35
K. Analisa Data.....	35



L. Kesulitan Penelitian.....	36
M. Etika Penelitian.....	36

**BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Wilayah Penelitian.....	37
B. Hasil Penelitian .....	38
1. Gambaran karakteristik responden .....	38
2. Gambaran kesehatan kognitif dan hasil pengujian hipotesis .....	41
C. Pembahasan .....	45
D. Kekuatan dan kelemahan penelitian .....	54

**BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	56

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>57</b>
----------------------------	-----------

**LAMPIRAN**

## DAFTAR SKEMA DAN TABEL

	<b>Halaman</b>
<b>Skema 1</b> Kerangka Konsep	26
<b>Skema 2</b> Hubungan Antar Variabel	33
<b>Skema 3</b> Alur Penelitian	35
<b>Tabel 1</b> Angka kecukupan gizi lansia	21
<b>Tabel 2</b> Kandungan zat gizi pada kedelai	24
<b>Tabel 3</b> Kandungan zat gizi pada tempe	24
<b>Tabel 3</b> Desain Penelitian	28
<b>Tabel 4</b> Gambaran Karakteristik Responden	39
<b>Tabel 5</b> Distribusi Frekuensi Kesehatan Kognitif dan Hasil Pengujian Hipotesis Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol pada Awal ( <i>pre test</i> ) dan Akhir ( <i>pos test</i> )	42
<b>Tabel 6</b> Hasil analisa kesehatan kognitif pada responden kelompok eksperimen dan kelompok kontrol saat <i>pre test</i> dan <i>post test</i> .	43
<b>Tabel 7</b> Hasil analisa selisih tingkat kesehatan kognitif pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.	44

## DAFTAR SINGKATAN

<b>CMIA</b>	: Chemiluminescence Microparticle Immuno Assay
<b>Depkes RI</b>	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
<b>Dinkes</b>	: Dinas Kesehatan
<b>DIY</b>	: Daerah Istimewa Yogyakarta
<b>DKBM</b>	: Daftar Komposisi Bahan Makanan
<b>KKP</b>	: Kurang kalori protein
<b>MMSE</b>	: Mini Mental State Examination
<b>MoCA</b>	: Montreal Cognitive Assessment
<b>SSP</b>	: Sistem Saraf Pusat
<b>WHO</b>	: World Health Organization

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat izin penelitian
- Lampiran 2 : Surat kelayakan etik penelitian
- Lampiran 3 : Lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 4 : Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 5 : Lembar Mini Mental State Examination
- Lampiran 6 : Catatan konsumsi kedelai