

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS TIDUR  
DAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA YANG MENGIKUTI  
SENAM SANG SURYA DI DESA WANADADI  
BANJARNEGARA**

**SKRIPSI**



**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI  
PURWOKERTO  
2024**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS TIDUR  
DAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA YANG MENGIKUTI  
SENAM SANG SURYA DI DESA WANADADI  
BANJARNEGARA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada  
Jurusan/Prodi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Jenderal Soedirman  
Purwokerto



Oleh:

**RISMA QURROTU' AINII  
IIE020041**

**UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI  
PURWOKERTO  
2024**