

GAMBARAN FUNGSI KOGNITIF PADA LANSIA DI DESA RAPA LAOK KECAMATAN OMBEN KABUPATEN SAMPANG

Dalilah, Puskesmas Omben Kabupaten Sampang
Email: dalilahhs9@gmail.com

ABSTRACT

Mental disorders that are often found in the elderly are depression and cognitive impairment. Research on the ability of cognitive aspects and memory abilities in the elderly shows that they have less memory and intelligence abilities, despite the controversy, intelligence tests clearly show a decrease in intelligence in the elderly

The design of this study was descriptive research, the population in this study were 30 elderly using total sampling. The instrument used in this study was the MMSE (Mini-Mental State Examination) questionnaire. data analysis using descriptive statistical tests.

Most of the cognitive functions of the elderly with a bad category are 19 elderly (63.3%) and almost half are in the good category as many as 11 elderly (36.7%).

This can be influenced by age factors, considering that the sample used as the elderly in this study was elderly. In the elderly besides decreasing physical function with aging, memory and intelligence decline generally occurs. In addition, from the answers of the elderly on the questionnaire submitted by researchers, most of the elderly experienced difficulties when instructed to spell words and draw. This is most likely influenced by the educational background of the elderly, where it was found that most of the elderly with the last education status were not in school and elementary school.

Keywords: *cognitive function, elderly*

PENDAHULUAN

Menjadi tua, dengan segenap keterbatasannya, pasti akan dialami seseorang bila ia berumur panjang. Umur manusia sebagai makhluk hidup akan berkurang oleh suatu peraturan alam dan semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan merasa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir yang pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik/biologis, mental dan sosial sedikit demi sedikit. Gangguan mental yang sering ditemui pada lansia adalah gangguan depresi dan kerusakan kognitif. Penelitian tentang kemampuan aspek kognitif dan kemampuan memori pada lansia menunjukkan mereka mempunyai kemampuan memori dan kecerdasan yang kurang, walaupun mengalami kontroversi, tes intelegensi dengan jelas memperlihatkan adanya penurunan kecerdasan pada lansia (Nugroho, 2008).

Lansia merupakan seseorang dengan usia lanjut yang mengalami perubahan biologis, fisik, kejiwaan dan sosial. Perubahan ini akan memberikan pengaruh terhadap seluruh aspek kehidupan, termasuk

kesehatannya. Oleh karena itu kesehatan pada lanjut usia perlu mendapatkan perhatian khusus dengan tetap memberikan motivasi agar lansia dapat hidup secara produktif sesuai kemampuannya (Darmajo, 2009).

Menua bukanlah suatu penyakit tetapi merupakan suatu proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun dari luar tubuh. Proses ini merupakan proses yang terus-menerus secara alamiah, berlangsung sejak seseorang mencapai usia dewasa, misalnya dengan terjadinya kehilangan jaringan pada otot, susunan syaraf, dan jaringan lain sehingga tubuh mati sedikit demi sedikit. Walaupun demikian, memang harus diakui bahwa ada beberapa penyakit yang menghinggapi kaum lansia, seperti arthritis, asam urat, kolestrol, hipertensi dan penyakit jantung, selain aspek fisiologis yang mengalami perubahan pada lansia, fungsi kognitif pada lansia juga mengalami penurunan (Nugroho 2008).

Indonesia termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia karena dari tahun ke tahun jumlah penduduk

Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas semakin meningkat. Menurut United Nation (UN)-Population Division, Departement of Economic and Social Affairs (1999) jumlah populasi lanjut usia (Lansia) ≥ 60 tahun diperkirakan hampir mencapai 600 juta orang dan diproyeksikan menjadi dua milyar pada tahun 2050. Jumlah penduduk lansia di Indonesia pada tahun 2006 sebesar kurang lebih 19 juta, dengan usia harapan hidup 66,2 tahun. Pada tahun 2010 diperkirakan sebesar 23,9 juta (9,77%), dengan usia harapan hidup 67,4 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%), dengan usia harapan hidup 71,1 tahun. Berdasarkan jumlah tersebut, penduduk lansia di Indonesia termasuk terbesar keempat setelah China, India dan Jepang (Badan Pusat Statistik, 2010). Peningkatan jumlah penduduk lanjut usia ini menimbulkan berbagai masalah sosial, ekonomi, dan kesehatan. Beberapa masalah kesehatan yang sering terjadi pada usia lanjut antara lain gangguan fungsi kognitif dan keseimbangan. Dalam studi awal yang dilakukan pada tanggal 14 September 2018, dari data Posyandu Lansia di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang pada tahun 2018 tercatat ada sekitar 30 orang lansia yang berusia 60-74 tahun dari jumlah total lansia yaitu sebanyak 103 orang. Sedangkan dari hasil tanya jawab singkat terhadap 15 orang lansia sebagian besar mengatakan sering lupa sekarang hari apa dan tanggal berapa serta sering lupa menaruh barang.

Pada setiap orang, fungsi fisiologis alat tubuhnya sangat berbeda, baik dalam hal pencapaian puncak maupun penurunannya, untuk mempertahankan fungsi kognitif pada lansia upaya yang dapat dilakukan adalah dengan cara menggunakan otak secara terus menerus dan di istirahatkan dengan tidur, kegiatan seperti membaca, mendengarkan berita dan cerita melalui media sebaiknya di jadikan sebuah kebiasaan hal ini bertujuan agar otak tidak beristirahat secara terus menerus (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2008). Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat meliputi berbagai aspek yaitu orientasi, registrasi, atensi dan kalkulasi, memori dan juga bahasa. Penurunan ini dapat mengakibatkan masalah antara lain memori panjang dan proses informasi, dalam memori

panjang lansia akan kesulitan dalam mengungkapkan kembali informasi baru atau cerita maupun kejadian yang tidak begitu menarik perhatiannya (Dalton, 2008).

Menurut Jumraini Tammase (2010) dari Bagian Penyakit Saraf Fakultas Kedokteran Unhas juga mengungkapkan bahwa pada usia 70 tahun, bagian otak yang rusak bisa mencapai 5-10 persen pertahun. Akibatnya, proses berpikir menjadi lamban, sulit konsentrasi, dan kemampuan daya ingat menurun. Pada lansia, penurunan kemampuan otak dan tubuh membuat tubuh mudah jatuh sakit, pikun, frustrasi (Tammase, 2009).

Menurut Nelson (2008), faktor-faktor yang mempengaruhi daya ingat pada lansia diantaranya adalah usia, jenis kelamin, asupan gizi, konsumsi nikotin dan merokok, aktivitas fisik (olahraga), tekanan darah, faktor sosial dan ekonomi, gangguan neurologis dan faktor psikologi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Baltes, dkk (Santrock, 2000) ditemukan bahwa kecepatan memproses informasi mengalami penurunan pada masa lanjut usia. Fungsi kognitif tersebut merupakan hasil interaksi dengan lingkungan yang di dapat secara formal dari pendidikan maupun non formal dari kehidupan sehari-hari. Gangguan satu atau lebih fungsi tersebut dapat menyebabkan gangguan fungsi sosial, pekerjaan, dan aktivitas harian.

Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan di Manado menemukan bahwa lansia yang mengalami gangguan kognitif sebesar 93,6% (Ramdhani, 2012). Kemampuan berpikir ini dapat diperiksa dengan berbagai pemeriksaan. Pemeriksaan yang cepat dan praktis namun nilainya tinggi adalah pemeriksaan Mini Mental State Examination (MMSE) dan Trail Making Test (TMT). Pemeriksaan ini dilakukan dengan memberi serangkaian perintah pada seseorang dan menilai ketepatannya.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian deskriptif, Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 30 lansia dengan menggunakan *total sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner MMSE (*Mini-*

Mental State Examination). analisa data dengan menggunakan uji statistik deskriptif.

HASIL PENELITIAN

1. Data Umum

1.1 Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Lansia Di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang Bulan Desember 2018.

No	Jenis Kelamin	f	%
1	Laki-laki	19	63.3
2	Perempuan	11	36.7
Jumlah		30	100.0

Berdasarkan tabel 1 di atas dari 30 lansia didapatkan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 19 lansia (63.3%), dan hampir setengahnya lagi berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 11 lansia (36.7%).

1.2 Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Lansia Di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang Bulan Desember 2018.

No	Usia	f	%
1	60-62 tahun	8	26.7
2	63-65 tahun	13	43.3
3	66-68 tahun	4	13.3
4	69-71 tahun	3	10.0
5	72-74 tahun	2	6.7
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 2 di atas dari 30 lansia didapatkan hampir setengahnya berusia 63-65 tahun yaitu sebanyak 13 lansia (43.3%), dan sebagian kecil berusia dan 72-74 tahun yaitu sebanyak 2 lansia (6.7%).

1.3 Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Lansia Di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang Bulan Desember 2018.

No	Pendidikan	f	%
1	Tidak Sekolah	4	13.3
2	SD	22	73.3
3	SMP	2	6.7
4	SMA	2	6.7
5	PT	0	0.0
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 3 di atas dari 30 lansia yang diteliti sebagian besar lansia berpendidikan terakhir SD yaitu sebanyak 22 lansia (73.3%)

dan tidak satupun yang berpendidikan terakhir Perguruan Tinggi.

1.4 Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Lansia Di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang Bulan Desember 2018.

No	Pekerjaan	f	%
1	Tidak Bekerja	0	0.0
2	Petani	24	80.0
3	Wiraswasta	6	20.0
4	PNS/Pensiunan	0	0.0
5	Ibu rumah tangga	0	0.0

Berdasarkan tabel 4 di atas dari 30 lansia yang diteliti hampir seluruhnya bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 24 lansia (80.0%) dan tidak satupun lansia yang tidak bekerja, PNS/pensiunan dan ibu rumah tangga.

2. Data Khusus

2.1 Data khusus fungsi kognitif lansia di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang Bulan Desember 2018

No	Fungsi Kognitif Lansia	f	%
1	Buruk	19	63.3
2	Baik	11	36.7
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 2.1 diatas dari 30 lansia sebagian besar fungsi kognitif lansia dengan kategori buruk yaitu sebanyak 19 lansia (63.3%) dan hampir setengahnya dengan kategori baik yaitu sebanyak 11 lansia (36.7%).

PEMBAHASAN

1. Gambaran Fungsi kognitif lansia di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang.

Berdasarkan tabel 5.5 di atas dari 30 lansia sebagian besar fungsi kognitif lansia dengan kategori buruk yaitu sebanyak 19 lansia (63.3%) dan hampir setengahnya dengan kategori baik yaitu sebanyak 11 lansia (36.7%).

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat daya ingat lansia di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang hampir seluruhnya dengan kategori buruk. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor usia, mengingat sampel yang dijadikan lansia pada penelitian ini adalah lansia. Pada lansia disamping penurunan fungsi fisik seiring penuaan, umumnya terjadi kemunduran daya

ingat dan kecerdasan. Selain itu dari hasil jawaban lansia pada kuesioner yang diajukan peneliti sebagian besar lansia mengalami kesulitan ketika diperintahkan mengeja kata dan menggambar. Hal tersebut kemungkinan besar dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan lansia, dimana didapatkan sebagian besar lansia berstatus pendidikan terakhir tidak sekolah dan SD.

Menurut Guyton (2007), secara fisiologis, ingatan adalah hasil perubahan kemampuan penjaralan sinaptik dari satu neuron ke neuron berikutnya, sebagai akibat dari aktivitas neural sebelumnya. Perubahan ini kemudian menghasilkan jaras-jaras baru atau jaras-jaras yang terfasilitasi untuk membentuk penjaralan sinyal-sinyal melalui lintasan neural otak. Jaras yang baru atau yang terfasilitasi disebut jejak-jejak ingatan (*memory traces*). Jaras-jaras ini penting karena begitu jaras-jaras ini menetap/ada, maka akan diaktifkan oleh benak pikiran untuk menimbulkan kembali ingatan yang ada. Perbedaan antara ingatan jangka pendek dan ingatan jangka panjang bukan hanya pada jangka waktu penyimpanannya saja, namun juga pada kapasitasnya seberapa banyak informasi yang dapat disimpan oleh otak. Walaupun otak hanya dapat mempertahankan beberapa ingatan jangka pendek pada saat yang bersamaan, kapasitasnya untuk menyimpan ingatan jangka panjang dapat dikatakan tak terbatas (Nelson, 2008).

KESIMPUNLAN DAN SARAN

Kesimpulan

Fungsi kognitif lansia di Desa Rapa Laok Kecamatan Omben Kabupaten Sampang sebagian besar (63.3%) dengan kategori buruk.

Saran

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian yaitu :

1. Bagi Puskesmas Omben
Dapat dijadikan bahan masukan bagi Puskesmas Omben dalam menerapkan intervensi keperawatan dalam rangka membantu meningkatkan daya ingat lansia.
2. Bagi lansia (lansia).Dapat memberikan partisipasinya secara utuh dan berkesinambungan demi mengetahui tingkat daya ingat lansia.
3. Bagi Instansi Pendidikan

Mahasiswa Universitas Wiraraja dapat menerapkan terapi pada praktek Gerontik dalam upaya meningkatkan daya ingat lansia.

4. Bagi peneliti selanjutnya
Dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian berikutnya dengan sampel yang lebih besar dan jenis penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus (2013). *Psikologi Sosial*. Jakarta : Salemba Medika
- Arikunto, Suharsimi (2007). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azizah, (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Access Economics , 2006. *Dimensia di kawasan Asia Pasifik*.
- Asosiasi Alzheimer International, 2014. *Konsensus Nasional Pengenalan dan Penatalaksanaan Dimensia Alzheimer dan Dimensia Lainnya*. Edisi 1
- Badan Pusat Statistik, 2014. *Data Statistik Indonesia : Jumlah Penduduk menurut Kelompok umur, Jenis kelamin, Provinsi dan Kabupaten/Kota*.
- Davison, Gerald C. (2006).*Psikologi Abnormal*.Jakarta : PT. Raja Grafindo Persadsa
- Darmodjo, 2006. *Buku Ajar Geriatrik (Ilmu Kesehatan Lanjut Usia)*. Jakarta : FK UI
- Ebersolw and Hess, (2001). *Geriatric Nursing and Healthy Aging*. Buku Ajar
- Friedman, 1998. *Dukungan Sosial Keluarga*. Jakarta : Erlangga
- Gibson dkk,2006. *Pendidikan Kesehatan pada Lansia awal*. Jakarta : Erlangga
- Hartati & widayanti, 2010. *Assesmant untuk demensia*. Semarang : Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- Hidayat, A. Alimul. 2005. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak I*. Jakarta: Salemba Medika
- Kuntjoro , (2002). *Dukungan Sosial Pada Lansia*. Diakses pada tanggal 25 maret 2017
- Khalid, (2012). *Keperawatan Gerontik*. Jogjakarta : Pustaka Pelajar
- Larasati, (2013). *Prevalensi Demensia di RSUD Raden Mattaher Jambi*. Jambi :

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

- Notoatmodjo, 2007. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Nugroho, Wahyudi .2008. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*, Edisi ke 3. Jakarta : EGC
- Nursalam, 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Padila, (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Nuha Medika fisiologi Kedokteran Edisi 2
- Stanley, 2007. *Buku Ajar Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Suprajitno, 2004. *Keluarga Sehat dan Sejahtera* : EGC
- Surini, (2003). *Fisioterapi Pada Lansia*. Jakarta : Kedokteran EGC
- Tahulending, J.M.F 2015. *Faktor yang berhubungan dengan Tindakan Pencegahan Demensia di Kelurahan Makawidey Kota Bitung*. Artikel Penelitian Kesehatan Universitas Sam Ratulangi Manado.
- WHO. 2012. *Demencia Country Profiles 2012*. Diakses pada tanggal 29 Januari 2017