

PENGARUH FUNGSI KOGNITIF TERHADAP KUALITAS HIDUP LANSIA DI POSYANDU LANSIA SRIKANDI KELURAHAN GADINGKASRI KECAMATAN KLOJEN MALANG

Nanik Dwi Astutik, Febrina Secsaria Handini, Muchamad Wahyu Mahendra N

Akademi Keperawatan Panti Waluya Malang

E-mail: nanikd79@gmail.com

Abstrak

Proses *aging* yang dialami oleh lansia akan membawa beberapa perubahan di beberapa aspek seperti fisik, psikososial dan kapasitas intelektual lansia dimana hal ini sangat berhubungan erat dengan perubahan fungsi kognitif pada lansia. Fungsi kognitif yang baik diperlukan agar lansia dapat meningkatkan kualitas hidupnya terutama optimalisasi status fungsional, keadaan umum, pemulihan produktivitas, kreativitas, dan perasaan bahagiannya. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh fungsi kognitif terhadap kualitas hidup lansia. Penelitian ini menggunakan *cross sectional design* dengan melibatkan 66 responden lansia. Alat ukur yang digunakan adalah menggunakan penilaian *Mini Mental State Examination (MMSE)* dan *World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL) – Bref*. Analisis data menggunakan *Regresi Linier Sederhana*. Hasil analisis menunjukkan nilai $p=0.000<0.05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh fungsi kognitif lansia terhadap kualitas hidup lansia. Adanya pengaruh ini disebabkan karena fungsi kognitif mempengaruhi kemampuan lansia dalam melakukan aktifitas normal sehari-hari baik aktivitas fisik maupun aktivitas secara sosial.

Kata Kunci: Fungsi Kognitif, Kualitas Hidup, Lansia

Abstract

The aging process experienced by elderly will bring some changes in some aspects such as physical, psychosocial and intellectual capacity of the elderly where it is closely related to changes in cognitive function in the elderly. A good cognitive function is needed to improve the quality of life especially optimizing functional status, general circumstances, better productivity, creativity, and happiness. Research goal is to identify the effects of cognitive function on quality of life in the elderly. Cross sectional design was used, and 66 elderly respondents were obtained. Mini Mental State Examination (MMSE) and World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL) – Bref was used to obtain data. Regresi Linier Sederhana analysis was used to analyze the data. Analysis shows that $p = 0.000 (<0.05)$ and it could be inferred that there was effect of cognitive function on quality of life in the elderly. The existence of this influence is caused by cognitive function affects the ability among the elderly to perform normal daily activities in both physical activity and social activities

PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan dan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta kepekaan secara individual (Efendi dkk, 2009). Klasifikasi umur lansia menurut *World Health Organization (WHO)* dibagi menjadi 4 yaitu umur 45 sampai 59 tahun (*middle age*), 60 sampai 74 tahun

(elderly), 75 sampai 90 tahun (old) dan usia di atas 90 tahun (very old).

Proses *aging* yang terjadi pada lansia akan memunculkan beberapa masalah kesehatan pada lansia. Masalah kesehatan yang muncul ini dipengaruhi oleh penurunan di beberapa aspek seperti fisik, psikososial dan kapasitas intelektual lansia yang berhubungan erat dengan perubahan fungsi kognitif pada lansia (Lumbantobing, 2006).

Perubahan kognitif yang terjadi pada lansia, meliputi berkurangnya kemampuan meningkat-kan fungsi intelektual, berkurangnya efisiensi transmisi saraf di otak (menyebabkan proses informasi melambat dan banyak informasi hilang selama transmisi), berkurangnya kemampuan mengakumulasi informasi baru dan mengambil informasi dari memori, serta kemampuan mengingat kejadian masa lalu lebih baik dibandingkan kemampuan mengingat kejadian yang baru saja terjadi (Setiati dkk, 2006).

Penurunan fungsi kognitif yang terjadi pada lansia ditandai dengan adanya tanda dan gejala seperti gangguan memori, perubahan persepsi, masalah dalam berkomunikasi, penurunan fokus, perhatian dan hambatan dalam melaksanakan tugas harian. Penurunan fungsi kognitif ini akan semakin meningkat seiring dengan ber-tambahnya usia. Marlina (2012) mengemukakan bahwa lansia pada umumnya akan mengalami penurunan fungsi kognitif, memori dan inteligensi bersamaan dengan terus bertam-bahnya usia.

Resiko penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat dikurangi secara signifikan dengan melakukan aktivitas yang melibatkan fungsi kognitif. *Alzheimer's Association International Conference (AAIC)* pada tahun 2012 telah melakukan penelitian secara random pada dewasa tua, diperoleh hasil bahwa aktivitas fisik seperti latihan ketahanan dan berjalan, dapat meningkatkan fungsi kognitif pada orang dewasa tua, termasuk bagi yang telah didiagnosis gangguan kognitif ringan atau *Mild Cognitive Impairment (MCI)* (Muzamil, dkk. 2014)

Fungsi kognitif yang buruk merupakan penanda adanya gangguan pada status kesehatan secara umum pada lansia yang akan menimbulkan beberapa gangguan pada beberapa aspek seperti terbatasnya mobilisasi fisik yang mempengaruhi tingkat kemandirian dan pemenuhan *Activities Daily Living ADL*, terganggunya hubungan sosial, dll. Jika hal ini terus terjadi maka, kualitas hidup lansia juga akan mengalami perubahan (Muzamil, dkk. 2014).

World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada yang terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian. Kualitas hidup merupakan suatu konsep yang sangat luas yang dipengaruhi kondisi fisik individu, psikologis, tingkat kemandirian, serta hubungan individu dengan lingkungan juga fungsi keluarga (Reno, 2010; Yuliati, 2014). Pada umumnya warga lanjut usia menghadapi kelemahan, keterbatasan dan ketidakmampuan, sehingga kualitas hidup pada lanjut usia menjadi menurun.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional* dengan sampel sejumlah 66 responden lansia yang diambil menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan penilaian *Mini Mental State Examination (MMSE)* untuk mengetahui fungsi kognitif lansia dan *World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL) – Bref* untuk mengidentifikasi kualitas hidup pada lansia.

Analisis data menggunakan *Regresi Linier Sederhana*. Dari hasil analisis didapatkan nilai $p < 0.000 < 0.05$ dimana dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh fungsi kognitif lansia terhadap kualitas hidup lansia.

HASIL PENELITIAN

Berikut ini adalah karakteristik umum responden

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden di Posyandu Lansia Srikandi Kelurahan Gadingkasri Kecamatan Klojen Malang (n=66)

Karakteristik Responden	F	(%)
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	3	4,5
b. Perempuan	63	95,5
Usia		
a. 45 – 59 thn	18	27,3
b. 60 – 74 thn	39	59,1
c. 75 – 90 thn	9	13,6
d. Diatas 90 thn	0	0,0
Pendidikan Terakhir		
a. Tidak sekolah	3	4,5
b. TK	1	1,5
c. SD	26	39,4
d. SMP	15	22,7
e. SMA	13	19,7
f. Perguruan Tinggi	8	12,1
Pekerjaan		
a. PNS	2	3,0
b. Militer	0	0,0
c. Swasta	1	1,5
d. Buruh	3	4,5
e. IRT	44	66,7
f. Wiraswasta	10	15,2
g. Guru	2	3,0
h. Tidak Bekerja	3	4,5
i. Lain-lain (pensiunan)	1	1,5
Status Perkawinan		
a. Belum Menikah	0	0,0
b. Menikah	31	47,0
c. Janda	35	53,0
d. Duda	0	0,0
Keadaan Sakit		
Ya	26	39,4
Tidak	40	60,6

Sumber: Kuesioner Penelitian 2017

Berdasarkan tabel 1 diatas, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (95,5%), sejumlah 39 responden (59,1) berusia antara 60 – 74 tahun. Sejumlah 26 responden (39,4) memiliki

pendidikan terakhir SD dan lebih banyak (66,7%) tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga. Sejumlah 35 responden (53%) berstatus janda. Sebagian besar responden yang datang ke posyandu tidak dalam keadaan sakit (60,6%).

Berikut ini adalah karakteristik khusus responden

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan fungsi kognitif lanjut usia di Posyandu Srikandi Kelurahan Gading Kasri Kecamatan Klojen(n=66)

No	Fungsi Kognitif	F	(%)
1	Normal	57	86,4
2.	Probable Gangguan Kognitif	7	10,6
3.	Definitif Gangguan Kognitif	2	3,0
Jumlah		66	100

Sumber: Kuesioner Penelitian 2017

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Hidup Lanjut Usia Di Posyandu Srikandi Kelurahan Gading Kasri Kecamatan Klojen(n=66)

No	Kualitas Hidup	F	(%)
1	Baik	57	86,4
2.	Buruk	9	13,6
Jumlah		66	100

Sumber: Kuesioner Penelitian 2017

Tabel 4. Pengaruh Fungsi Kognitif Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Srikandi Kelurahan Gading Kasri Kecamatan Klojen(n=66)

Fungsi kognitif	Kualitas hidup		Total		R	P value
	Baik n	Buruk n	n	%		
Normal	57	86,4	57	86,4	0,556	0,000
Probable		7	7	10,6		
Definitif		2	2	3,0		
Total	57	86,4	9	13,6	66	100

Sumber: Kuesioner Penelitian 2017

Fungsi Kognitif Lansia

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan sebagian besar lansia memiliki fungsi kognitif normal. Hal ini dikarenakan sebagian besar

lansia dalam kondisi sehat sehingga lansia dapat melaksanakan aktifitas fisik dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas fisik di duga menstimulasi *neuronal growth* yang dapat meningkatkan potensi kerja otak sehingga dapat mencegah kemunduran fungsi kognitif. Menurut Kirk-Sanchez dan McGough (2013) menyatakan bahwa saat seseorang melakukan aktifitas fisik, otak akan distimulasi sehingga dapat meningkatkan protein di otak yang disebut *Brain Derived Neutropic Factor* (BDNF) yang berperan penting dalam menjaga sel saraf agar tetap sehat (Sauliyusta, dkk (2016)).

Kualitas Hidup Lansia

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup baik. Kualitas hidup yang baik pada lansia disebabkan karena sebagian besar responden dalam keadaan sehat. Lansia yang dalam kondisi sehat dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari baik aktivitas fisik, sosial dan spiritual. Hal ini sesuai yang disampaikan oleh Nugroho (2010) bahwa dengan menjaga kesehatan fisik, mental, spiritual dan sosial maka seseorang dapat memilih masa tua yang lebih membahagiakan dan terhindar dari banyak masalah kesehatan sehingga akan tercapai kualitas hidup yang baik.

Pengaruh Fungsi Kognitif terhadap Kualitas Hidup Lansia

Hasil statistik di tabel 5, dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh antara fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$, nilai koefisien korelasi $r = 0.556$ dengan

arah positif) dimana semakin baik fungsi kognitif lansia maka semakin baik pula kualitas hidupnya, begitu pula sebaliknya.

Tabel 5 Hasil Analisis Statistik Pengaruh Fungsi Kognitif Terhadap Kualitas Hidup Lansia

Descriptive Statistics			
	Mean	Std. Deviation	N
Kualitas Hidup Lansia	27.15	3.425	66
Fungsi Kognitif	95.20	14.278	66

Correlations			
		Kualitas Hidup Lansia	Fungsi Kognitif
Pearson Correlation	Kualitas Hidup Lansia	1.000	.556
	Fungsi Kognitif	.556	1.000
Sig.(1-tailed)	Kualitas Hidup Lansia	.	.000
	Fungsi Kognitif	.000	.
N	Kualitas Hidup Lansia	66	66
	Fungsi Kognitif	66	66

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa fungsi kognitif yang normal dapat membuat lansia mampu melakukan aktifitas secara normal baik aktifitas fisik maupun aktifitas sosial sehari-hari, tanpa bergantung pada orang lain (Reuser, 2010). Keseimbangan dari semua aspek diatas akan membentuk kualitas hidup yang baik pada lansia.

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, dapat disarankan khususnya kepada lansia dan yang akan memasuki usia lanjut (*elderly*), untuk memelihara kesehatan fisik dan psikologis. Karena dengan kondisi fisik dan psikologis yang baik, maka seseorang khususnya lansia dapat melakukan aktifitas fisik, aktifitas sosial

dan melakukan aktifitas spiritual dengan baik pula. Ketika ketiga komponen tersebut diatas dapat dilakukan dengan baik dan seimbang, maka dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap kualitas hidup seseorang khususnya lansia.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara fungsi kognitif terhadap kualitas hidup lansia.

DAFTAR RUJUKAN

Effendi, F & Makhfudli. 2009. Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba medika.

Lumbantobing, S.M. 2006; Neurologi klinis; FKUI, Jakarta, hal 88-90

Marlina, R. D. (2012). Hubungan antara Fungsi Kognitif dengan Kemampuan Interaksi Sosial pada Lansia di Kelurahan Mandan Wilayah Kerja Puskesmas Sukoharjo. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

Muzamil, MS, dkk. 2014. Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Usila di Kelurahan Jati Kecamatan Padang Timur. *Jurnal Kesehatan Anadadas*. 2014

Nugroho. 2010. Keperawatan Gerontik dan Geriatrik. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran: EGC.

Reno, RB. 2010. Hubungan Status Interaksi Sosial dengan Kualitas Hidup Lansia di Panti Wreda Dharma Bhakti Surakarta . <http://etd.eprints.ums.ac.id/>

Reuser M, Bonneux L, Willekens F.. *The effect of risk factors on the duration of cognitive impairment: A multistate life table analysis*

of the U.S. Health and Retirement Survey. Netspar Discussion Paper 2010;01/2010-036.

Sauliyusta, Mersiliya; Rekawati, Ety. 2016. Aktivitas Fisik Mempengaruhi Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Vol. 19 No. 2, Juli 2016, hal. 71-77. pISSN 1410-4490, eISSN 2354-9203

Setiati, S., Harimurti, K., dan Roosheroe, A.G., 2006. Proses Menua dan Implikasi Kliniknya. Dalam: Sudoyo, A.W., Setiyohadi, B., Alwi, I., Simadibrata, M., dan Setiati, S., ed. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta: Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 1335-1340.

World Health Organization. (2010). *WHO Quality of Life-BREF(WHOQOL-BREF)*. http://www.who.int/substance_abuse/research_tools/whoqolbref/en/.

Yuliati, A., Baroya, N., & Ririanty. (2014). Perbedaan Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal di Komunitas Dengan di Pelayanan Sosial Lanjut Usia (*The Different Of Quality Of Life Among The Elderly Who Living At Community and Sosial Services*).