



## GAMBARAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI POSYANDU LANSIA KAMPUNG YAHIM KABUPATEN JAYAPURA

Lisma Natalia Br Sembiring<sup>1</sup>, Nur Siti Lia S<sup>2</sup>, Viertianingsih Patung<sup>3</sup>, Hulman Simanjuntak<sup>4</sup>  
Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jayapura, Papua,  
Indonesia<sup>1234</sup>

Correspondence *author*: [lisma.natalies@gmail.com](mailto:lisma.natalies@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang sudah berusia 60 tahun ke atas. Dengan bertambahnya usia, fungsi fisiologis semakin menurun yang menyebabkan terjadinya gangguan fungsi kognitif seperti orientasi, bahasa, atensi, memori, fungsi konstruksi, kalkulasi dan penalaran. **Tujuan penelitian:** Mengetahui fungsi kognitif lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim Kabupaten Jayapura. **Metode:** Jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi adalah lansia yang teregister di Posyandu Lansia Kampung Yahim dengan jumlah sebanyak 35 orang dan dilaksanakan pada bulan Oktober 2022. Data diperoleh menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat. **Hasil:** sebanyak 12 orang (34,3%) dengan fungsi kognitif tidak terganggu, sebanyak 14 orang (40%) dengan fungsi kognitif ringan, sebanyak 6 orang (17,1%) dengan fungsi kognitif sedang dan sebanyak 3 orang (8,6%) dengan fungsi kognitif berat. **Kesimpulan:** Fungsi kognitif lansia sebagian besar dalam kategori ringan.

**Kata kunci** : Fungsi Kognitif, Lansia, Posyandu

## DESCRIPTION OF ELDERLY COGNITIVE FUNCTION IN ELDERLY POSYANDU YAHIM VILLAGE, JAYAPURA DISTRICT

### ABSTRACT

**Background:** Elderly (elderly) is someone who is aged 60 years and over. With increasing age, physiological functions decrease which causes cognitive function disorders such as orientation, language, attention, memory, construction functions, calculation and reasoning. **Objective research:** Description of the Cognitive Functions of the Elderly at the Elderly Posyandu in Yahim Village, Jayapura Regency. **Method:** This type of quantitative descriptive research. The population is the elderly who are registered at the Kampung Yahim Elderly Posyandu with a total sample of 35 people which was carried out in October 2022. Data was obtained using a questionnaire and analyzed univariately. **Results:** 12 people (34.3%) with undisturbed cognitive function, 14 people (40%) with mild cognitive function, 6 people (17.1%) with moderate cognitive function and 3 people (8.6 %) with severe cognitive function. **Conclusion:** Most of the cognitive functions of the elderly are in the mild category.

**Keyword** : Cognitive Function, Elderly, Posyandu

### PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas timbul jenis-jenis

masalah fungsional seperti fungsi kognitif yang menyebabkan terjadi perubahan fungsi otak yang sering tampak pada lansia seperti gangguan orientasi, kurang konsentrasi, gangguan berpikir dan mengingat, kurang perhatian dan gangguan bahasa serta dapat menyebabkan gangguan aktivitas. Salah satu penyakit degenerative

yang dialami lansia adalah menurunnya fungsi kognitif (Cahyaningrum, 2022).

Di dunia jumlah lansia telah mencapai 703 juta orang dan di Asia Timur dan Asia Tenggara lansia berjumlah 261 juta orang. Berdasarkan data tersebut diperkirakan terjadi peningkatan di tahun 2050 di dunia sebesar 1,5 milyar dan di Asia Timur dan Asia Tenggara akan mencapai 573 orang (Mardiana & Sugiharto, 2022).

Jumlah lansia di Indonesia terbanyak di dunia diantara negara yang memiliki populasi lansia. Jumlah lansia pada tahun 2050 diprediksi sebanyak 250 juta orang. Jumlah penduduk lansia di Indonesia berdasarkan Badan Pusat Statistik Tahun 2022 terdapat 29,3 juta penduduk (10,82%) dari total penduduk dan jumlah penduduk lansia di Papua sebanyak 50.221 (1,16 %) dari 4,3 juta jiwa. Jumlah penduduk Kabupaten Jayapura sebanyak 131.802 jiwa dan jumlah lansia sebanyak 6.342 (4,81%)

Fungsi kognitif merupakan masalah yang dihadapi lansia karena secara fisiologis bertambahnya usia seseorang akan mengalami penuurnan atau gangguan persyarafan akibat suplai oksigen ke otak terganggu, mengalami degeneratif, penyakit alzheimer, malnutrisi serta gangguan fungsi kognitif meliputi orientasi waktu, ruang, tempat dan hal baru yang sulit diterima (Pranata et al., 2020).

Terjadi penurunan fungsi kognitif pada lansia sebesar 92%. Penurunan fungsi kognitif ini terbanyak pada usia 60-90 tahun, berjenis kelamin laki-laki dengan pekerjaan sebagai nelayan dan ibu rumah tangga, pendidikan SD dan SMA serta dengan riwayat penyakit hipertensi dan diabetes melititus (Toreh et al., 2019).

Salah satu Posyandu Lansia di wilayah kerja Puskesmas Sentani adalah Posyandu Lansia Yahim pada tahun 2020 terdapat sebanyak 95 orang dan sebanyak 23 orang mengalami gangguan fungsi kognitif

ringan dan sedang. Pada tahun 2022 jumlah lansia sebanyak 35 orang namun belum pernah dilakukan pengukuran kemampuan fungsi kognitif.

Peneliti melakukan pengamatan terdapat perubahan fungsi kognitif akan dialami lansia seiring proses penuaan seperti kondisi patologis dan kebiasaan yang biasa dilakukan juga dapat mengganggu kesehatan dan akan mempengaruhi fungsi kognitif lansia. Gangguan kognitif pada lansia jika tidak dicegah dan mendapat penanganan segera akan berlanjut pada kerusakan kognitif yang akan memperburuk fungsi kognitif lansia seperti demensia atau alzheimer, menyebabkan menurunnya kualitas hidup lansia dalam melakukan kegiatan sehari-harinya dan tidak mampu berfikir jernih atas kejadian yang dihadapi sehari-hari, mudah lupa, kurang inisiatif dan mudah tersinggung.

Tujuan penelitian untuk mengetahui Gambaran Fungsi Kognitif Lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim Kabupaten Jayapura.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian deskriptif kuantitatif di Posyandu Lansia Kampung Yahim pada bulan Oktober 2022. Sampel dengan teknik total sampling sebanyak 35 orang Data diperoleh menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat.

## HASIL PENELITIAN

### Umur

Tabel 1 Distribusi Frekuensi

Berdasarkan Umur

Umur	N	Persentase (%)
46-55 tahun	5	14,3
56-64 tahun	7	20
≥ 65 tahun	23	65,7
Total	35	100

Distribusi responden menurut umur berdasarkan Depkes RI (2009) terdapat 5 orang (14,3%) berumur 46-55 tahun,

sebanyak 7 orang (20%) berumur 56-64 tahun dan sebanyak 23 orang (65,7%)  $\geq$  65 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur  $\geq$  65 tahun.

#### Jenis Kelamin

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	Persentase (%)
Laki – Laki	8	22,9
Perempuan	27	77,1
Total	35	100

Distribusi responden menurut jenis kelamin yaitu 8 orang (22,9%) berjenis kelamin laki-laki dan 27 orang (77,1)% berjenis kelamin perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan.

#### Suku

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Suku

Suku	n	Persentase (%)
Papua	33	94,3
Non Papua	2	5,7
Total	35	100

Distribusi responden menurut suku terdapat 33 orang (94,3%) berasal dari suku Papua dan sebanyak 2 orang (5,7%) berasal dari suku Non Papua. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal dari suku Papua.

#### Pendidikan

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	n	Persentase (%)
Tidak Sekolah	10	28,6
SD	12	34,3
SMP	4	11,4
SMA	8	22,9
Perguruan Tinggi	1	2,9
Total	35	100

Distribusi responden menurut pendidikan yaitu 10 orang (28,6%) tidak sekolah, sebanyak 12 orang (34,3%) lulusan SD, sebanyak 4 orang (11,4%) lulusan SMP,

sebanyak 8 orang (22,9%) lulusan SMA dan 1 orang (2,9%) lulusan perguruan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD.

#### Pekerjaan

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	n	Persentase (%)
Tidak bekerja	21	60
Bekerja	14	40
Total	35	100

Distribusi responden menurut pekerjaan yaitu 21 orang (60%) tidak bekerja dan sebanyak 14 orang (40%) bekerja. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja.

#### Status Kawin

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Kawin

Status Kawin	n	Persentase (%)
Kawin	7	20
Janda/Duda	28	80
Total	35	100

Distribusi responden menurut status kawin yaitu sebanyak 7 orang (20%) dengan status kawin atau ada pasangan sedangkan sebanyak 28 orang (80%) janda/duda. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki pasangan dengan status janda/duda.

#### Riwayat Penyakit

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Penyakit

Riwayat Penyakit	N	Persentase (%)
Tidak ada	8	22,9
Ada	27	77,1
Total	35	100

Distribusi responden menurut riwayat penyakit sebanyak 8 orang (22,9%) tidak ada riwayat penyakit dan sebanyak 27 orang (77,1%) ada riwayat penyakit. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki riwayat penyakit dan

terbanyak mengalami penyakit kronis yaitu hipertensi.

### Riwayat Diet

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Diet

Riwayat Diet	n	Persentase (%)
Tidak ada	8	22,9
Ada	27	77,1
Total	35	100

Distribusi responden menurut riwayat diet sebanyak 8 orang (22,9%) tidak ada riwayat diet dan sebanyak 27 orang (77,1%) ada riwayat diet. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki riwayat diet akibat dari penyakit yang diderita responden.

### Kegiatan Waktu Luang

Tabel 9 Distribusi Kegiatan Waktu Luang

Kegiatan Waktu Luang	n	%
Menyapu kamar/sekitarnya	3	8,6
Mengepel lantai	8	22,9
Mencuci piring/pakaian	2	5,7
Mengikuti senam	1	28,6
Melakukan ibadah	0	34,2
	2	
Total	3	100
	5	

Distribusi responden menurut kegiatan waktu luang pada lansia yaitu menyapu kamar/sekitarnya sebanyak 3 orang (8,6%), mengepel lantai sebanyak 8 orang (22,9%), mencuci piring/pakaian sebanyak 2 orang (5,7%), mengikuti senam sebanyak 10 orang (28,6%) dan melakukan ibadah sebanyak 12 orang (34,2%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki kegiatan waktu luang dengan melakukan ibadah.

### Jumlah Keluarga

Tabel 10 Distribusi Jumlah keluarga dalam rumah

Jumlah keluarga dalam rumah	n	%
≤ 4 orang	6	17,1

> 4 orang	29	82,9
Total	35	100

Distribusi responden menurut jumlah keluarga yang tinggal serumah ≤ 4 orang sebanyak 6 orang (17,1%) dan jumlah keluarga yang tinggal serumah > 4 orang sebanyak 29 orang (82,9%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang tinggal dalam rumah > 4 orang.

### Fungsi Kognitif

Tabel 11 Distribusi Fungsi Kognitif

Fungsi Kognitif	N	%
Tidak Terganggu	12	34,3
Ringan	14	40
Sedang	6	17,1
Berat	3	8,6
Total	35	100

Distribusi responden menurut fungsi kognitif pada 35 lansia yaitu sebanyak 12 orang (34,3%) dengan fungsi kognitif tidak terganggu, sebanyak 14 orang (40%) dengan fungsi kognitif ringan, sebanyak 6 orang (17,1%) dengan fungsi kognitif sedang dan sebanyak 3 orang (8,6%) dengan fungsi kognitif berat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia terganggu fungsi kognitif dalam kategori ringan.

## PEMBAHASAN

### Umur

Hasil penelitian di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar berumur lebih atau sama dengan 65 tahun ke atas. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Cahyaningrum, 2022) pada lansia di desa Ledug Kecamatan Kembaran menemukan sebagian besar lansia berada pada umur lebih dari 65 tahun.

Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Toreh et al., 2019) di kelurahan Masing Kecamatan Tuminting dimana

enurunan fungsi kognitif terbanyak ditemukan pada umur lebih dari 65 tahun. Yang dapat menimbulkan penyakit degenerative yang berdampak pada perubahan struktur otak.

Bertambahnya umur pada lansia dapat mengalami penurunan fungsi kognitif menjadi lebih tinggi namun dipengaruhi juga oleh penyakit vaskuler (hipertensi, obesitas, diabetes) sehingga lansia awal dapat terjadi gangguan fungsi kognitif dan akan diperparah dengan bertambahnya umur karena proses dari penyakit. (Cahyaningrum, 2022).

### **Jenis Kelamin**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Toreh et al., 2019) di Kecamatan Tuminting menemukan lansia terbanyak adalah perempuan karena tingginya harapan hidup orang yang berjenis kelamin perempuan dibandingkan dengan lanjut usia yang berjenis kelamin laki-laki.

Perempuan lebih berisiko terjadi penurunan fungsi kognitif dibandingkan dengan laki-laki karena perempuan memiliki hormone estrogen yang berperan dalam perubahan fungsi kognitif yaitu demensia Alzheimer yang disebabkan karena umur wanita lebih lama dari laki-laki. Pada laki-laki berisiko tinggi terjadi demensia vaskuler yang disebabkan oleh gaya hidup antara lain merokok dan alkohol (Hutasuhut et al., 2020)

Peneliti berpendapat bahwa jumlah lanjut usia yang mengalami gangguan kognitif semakin berisiko dan lebih banyak pada perempuan bukan karena perempuan lebih berisiko mengalami gangguan kognitif, akan tetapi karena tingginya angka harapan hidup perempuan mengakibatkan jumlah lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari laki-laki, maka dari itu

dengan umur mereka yang tinggi akan meningkatkan risiko mereka mengalami gangguan kognitif.

### **Suku**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar berasal dari suku Papua. Hal ini disebabkan karena distribusi penduduk dan luas wilayah yang kecil dan dihuni oleh mayoritas masyarakat setempat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Shiddieqy (2022) menemukan bahwa asal suku dapat mempengaruhi penurunan fungsi kognitif akibat dari kebiasaan pola makan yang menyebabkan penyakit tertentu seperti penyakit hipertensi berdampak pada penurunan fungsi kognitif. Menurut **Notoatmodjo (2018)** berbagai golongan etnik dapat berbeda di dalam kebiasaan, gaya hidup dan sebagainya yang dapat mengakibatkan perbedaan di dalam angka kesakitan atau kematian.

Peneliti berpendapat bahwa kebiasaan dan budaya setempat dapat berdampak pada penurunann fungsi kognitif dipengaruhi oleh sosial ekonomi dan gaya hidup menyebabkan terjadinya suatu penyakit pad seseorang yang berdampak pada penuurnan fungs kognitif.

### **Pendidikan**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu lansia Kampung Yahim sebagian besar responden berpendidikan SD. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Cahyaningrum, 2022) bahwa sebagian besar lansia di Kabupaten Banyumas berpendidikan SD.

Tingkat pendidikan individu dapat menyebabkan penyakit demensia Alzheimer. Penelitian (Hutasuhut et al., 2020) mengatakan bila angka kejadian demensia Alzheimer meningkat berarti tingkat pendidikan rendah. Hal ini terjadi kemungkinan karena tingkat pendidikan

seseorang menyebabkan cadangan kognitif meningkat melalui neuroplastisitas dan saraf sehingga memiliki kemampuan untuk melakukan kompensasi neuropatologi yang makin besar.

Lebih dari separuh penduduk lansia memiliki riwayat pendidikan terakhir SD dan tidak tamat SD. Keadaan ini mencerminkan bahwa tingkat pendidikan lansia di Indonesia masih relatif rendah sehingga menjadi salah satu faktor resiko terjadinya gangguan kognitif. Tingkat pendidikan yang rendah berhubungan dengan penurunan fungsi kognitif yang dapat terjadi lebih cepat dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang tinggi (Kemenkes RI, 2021).

Menurut penelitian (Rasyid et al., 2021) status pendidikan, lansia dengan status pendidikan SD lebih banyak mengalami penurunan fungsi kognitif dibandingkan lansia dengan status pendidikan lainnya. Tingkat pendidikan individu mempengaruhi fungsi kognitif karena saat pendidikan individu mempelajari hal-hal baru dan ingatan baru yang terbentuk di otak. Penelitian oleh (Toreh et al., 2019) menemukan bahwa ada pengaruh yang sangat besar antara tingkat pendidikan dengan kognitif lansia, pendidikan yang tinggi memiliki resiko kerusakan kognitif yang lebih rendah.

Peneliti berpendapat bahwa pendidikan yang rendah akan berdampak pada gangguan fungsi kognitif akibat dibandingkan dengan seseorang yang berpendidikan tinggi karena dengan pendidikan yang tinggi banyak mempelajari hal – hal baru sehingga meningkatkan daya pikir seseorang.

#### **Pekerjaan**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim menurut pekerjaan sebagian besar tidak bekerja. Sedangkan

lansia yang bekerja lebih banyak bekerja di sektor swasta non formal dan sedikit yang bekerja swasta di sektor formal seperti memiliki usaha yang dijalankan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Toreh et al., 2019) bahwa sebagian besar lansia tidak bekerja.

Pekerjaan dengan dominan otak memiliki pengaruh terhadap penurunan kerusakan fungsi kognitif lansia.

Peneliti berpendapat bahwa lansia yang sebagian besar mengalami gangguan fungsi kognitif ringan karena aktivitas atau jenis pekerjaan swasta non formal mampu mencegah penurunan fungsi kognitif walaupun tidak optimal karena kurang menggunakan fungsi kognitifnya bila dibandingkan bekerja di sektor formal. Penggunaan fungsi kognitif secara terus menerus dalam bekerja mencegah penurunan fungsi kognitif yang lebih cepat dibandingkan dengan seseorang yang sudah tidak bekerja.

#### **Status Kawin**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim menurut status kawin yaitu sebagian berstatus berstatus janda/duda. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Shiddieqy (2022) yang menemukan sebagian besar lansia adalah janda atau duda.

Status perkawinan dimana orang yang tidak memiliki pasangan terutama perempuan atau berstatus janda lebih rentan untuk terkena gangguan fungsi kognitif, sehingga seseorang yang kehilangan pasangan hidupnya maka berkurang pula dukungan keluarga terhadapnya. Dimana dukungan keluarga sangat penting bagi lansia karena kurangnya dukungan keluarga dapat mencetuskan depresi, seperti perasaan ditelantarkan atau tidak mendapatkan perhatian yang memadai dari keluarga (Silalahi, 2017).

Peneliti berpendapat bahwa kehilangan pasangan dapat menyebabkan lansia mengalami kesepian dan kurangnya komunikasi dengan orang yang lebih dikenalnya yang dapat menyebabkan perubahan fungsi kognitif terutama bila lansia tersebut tidak dapat mengurangi kesedihan dan mempercepat pemulihan dari kehilangan bila menerima dukungan sosial dari keluarga, teman, komunitas dan masyarakat serta stimulasi dengan membaca atau menyalurkan hobinya.

#### **Riwayat Penyakit**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar lansia ada riwayat penyakit terutama penyakit hipertensi dan asam urat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ramli & Fadhillah, 2020) yang menemukan sebanyak sebagian besar lansia menderita hipertensi dan sebagian besar lansia mengalami gangguan fungsi kognitif. Penelitian yang dilakukan oleh (Rasyid et al., 2021) menemukan adanya hubungan antara riwayat penyakit yang merupakan faktor resiko gangguan kognitif.

Hipertensi meningkatkan risiko terjadinya *mild cognitive impairment* dan demensia (Ramli & Fadhillah, 2020) Hipertensi akan menghambat aliran darah otak sehingga terjadi gangguan suplai nutrisi bagi otak yang berakibat pada penurunan fungsi kognitif. Selain itu infeksi akan merusak sel neuron yang menyebabkan kematian sel otak

Peneliti berpendapat bahwa riwayat penyakit yang diderita lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar menderita hipertensi disebabkan karena faktor gaya hidup masa lalu. Hipertensi dan asam urat yang diderita lansia memiliki hubungan dengan gangguan atau penurunan fungsi kognitif melalui interaksi kompleks faktor risiko tersebut.

#### **Riwayat Diet**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar lansia memiliki riwayat diet pada lansia yang menderita penyakit hipertensi dan asam urat. Sejalan dengan Penelitian (Student et al., 2021) sebagian besar lansia menerapkan pola diet karena adanya berbagai komplikasi penyakit yang dideritanya.

Menjaga status nutrisi yang normal dapat dilakukan dengan melakukan diet sehat seperti membatasi asupan makanan berlemak dan manis, meningkatkan aktivitas fisik dengan berolahraga rutin, mengurangi tingkat stres, mengurangi penggunaan rokok dan alcohol. Peran dan dukungan keluarga juga diperlukan untuk memperhatikan dalam pemberian makan, mengajak olahraga bersama sehingga status nutrisi normal dapat terjaga (Peneliti berpendapat bahwa diet sangat dibutuhkan lansia terutama lansia yang memiliki riwayat penyakit sehingga makanan yang mengandung lemak bila konsumsinya berlebihan akan meningkatkan terjadinya plak dalam pembuluh darah yang menyebabkan terjadinya hipertensi. Jika hal ini terus berlangsung, dapat menyebabkan tekanan darah menjadi tidak terkontrol yang akan berdampak pada fungsi organ tubuh lain seperti otak.

#### **Kegiatan Waktu Luang**

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar lansia memiliki aktivitas fisik yang ringan yang sebagian besar lansia memiliki kegiatan waktu luang dengan melakukan ibadah selain itu kegiatan lain yang dilakukan seperti menyapu kamar/sekitarnya, mengepel lantai, mencuci piring/pakaian, mengikuti senam dan melakukan ibadah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nisa (2019) di Kecamatan Kartasura sebagian besar lansia kurang melakukan aktivitas fisik terutama dalam beribadah dan membersihkan rumah. Hal ini

disebabkan karena dari jumlah lansia tersebut berada pada kelompok lanjut usia tua.

Lansia yang kurang melaksanakan aktivitas fisik pada di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar sudah mengalami penurunan fisik dan memiliki riwayat penyakit sehingga aktivitas fisik yang dilakukan adalah duduk atau berjalan-jalan di dalam atau di luar kamar sedangkan pada lansia yang dapat melakukan aktivitas fisik yang baik seperti menyapu kamar, mengepel lantai, mencuci piring atau pakaian, mengikuti senam, melakukan ibadah dan membawa makanan dari dapur ke kamar.

Menurut Nisa (2019) hal tersebut dimungkinkan karena adanya proses menua pada lanjut usia. Semakin lanjut usia maka kemampuan fisiknya akan semakin menurun hal ini akan diperberat dengan adanya penyakit kronis seperti asam urat dan hipertensi, sehingga dapat mengakibatkan timbulnya gangguan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

Peneliti berpendapat bahwa riwayat penyakit yang diderita lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar menderita hipertensi disebabkan karena faktor gaya hidup masa lalu. Hipertensi yang diderita lansia memiliki hubungan dengan gangguan atau penurunan fungsi kognitif melalui interaksi kompleks faktor risiko tersebut.

### Fungsi Kognitif pada Lansia

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar dengan fungsi kognitif ringan. Hasil penelitian diperoleh bahwa gangguan fungsi kognitif ringan pada lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim dari hasil MMSE diperoleh rata-rata kurang dalam atensi (mengingat

segera dan konsentrasi), memori, fungsi konstruksi, kalkulasi dan penalaran.

Hal ini sejalan dengan penelitian Riani (2019) yang menemukan sebagian besar lansia mengalami gangguan fungsi kognitif ringan. Hasil ini sesuai dengan kepustakaan yang mengatakan bahwa meningkatnya usia mengakibatkan perubahan anatomi, seperti menyusutnya otak dan perubahan neurotransmitter yang mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi kognitif. Faktor risiko yang paling konsisten menyebabkan penurunan fungsi kognitif dari penelitian-penelitian yang ada di seluruh dunia ialah usia

Gangguan fungsi kognitif sedang dan berat pada lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim terjadi pada lansia berumur > 70 tahun dan berpendidikan rendah. Hal ini karena penuaan menyebabkan terjadinya banyak perubahan pada otak yang dapat mengarah pada kemunduran fungsi neuro kognitif. Perubahan tersebut terutama terjadi pada bagian *prefrontal* dari otak yang memediasi fungsi eksekutif seperti perencanaan dan inisiatif, serta perubahan pada volume *hippocampus* yang memiliki peran besar dalam daya ingat manusia (Noor, 2020).

Perubahan yang terjadi pada lansia akan terjadi *sinaps kortikal* di *korteks prefrontal dorsal lateral* sebagai wilayah penting memori kerja dan fungsi eksekutif, *hipokampus* dan memori. Fungsi eksekutif pada daerah *prefrontral* pada *lobus frontal* dengan beberapa koneksi ke daerah kortikal, subkortikal dan batang otak. Fungsi *visuospasial* dapat menurun seiring bertambahnya usia meliputi kemampuan seseorang dalam menyalin gambar yang kompleks, pada orang yang lebih tua dan menggambar lebih sederhana (Toreh et al., 2019).

Kurangnya kegiatan waktu luang dalam menggunakan aktivitas fisik yang



dilakukan oleh lansia di Posyandu Kampung Yahim kemungkinan dapat menstimulasi saraf sehingga menghambat penurunan fungsi kognitif pada lansia. Fungsi kognitif pada lansia yang aktif beraktivitas fisik serupa dengan orang muda dan secara signifikan lebih baik dari pada orang yang tidak aktif melakukan aktivitas fisik. Akibat adanya peningkatan jumlah lansia, masalah kesehatan yang dihadapi menjadi semakin kompleks, terutama masalah yang berkaitan dengan gejala-gejala penuaan (Ramli & Fadhillah, 2020).

Kekuatan fisik, panca indera, potensi dan kapasitas intelektual mulai menurun pada tahap-tahap tertentu. Terganggunya kapasitas intelektual berhubungan erat dengan fungsi kognitif pada lansia. Gangguan memori, perubahan persepsi, masalah dalam berkomunikasi, penurunan fokus, dan atensi, hambatan dalam melaksanakan tugas harian adalah gejala dari gangguan kognitif. Gangguan ini sering dialami oleh golongan usia lanjut (Polan, 2018).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa lansia yang mengalami gangguan fungsi kognitif ringan disebabkan karena kurangnya kegiatan waktu luang yang dimanfaatkan lansia yang berhubungan dengan pekerjaan lansia yang dapat menurunkan kepercayaan diri, kualitas hidup dan fungsinya dalam kehidupan sehari-hari secara mandiri dan mempengaruhi kehidupan lansia dan sekitarnya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa fungsi kognitif lansia di posyandu Lansia Kampung Yahim Kabupaten Jayapura terdapat 5 orang (14,3%) berumur 46-55 tahun, sebanyak 7 orang (20%) berumur 56-64 tahun dan sebanyak 23 orang (65,7%)  $\geq$  65 tahun. Sebagian besar lansia mengalami gangguan fungsi kognitif ringan sebanyak 14 orang

(40%) dan tidak terganggu (34,3%), kognitif sedang (6%) dan sedikit dengan kognitif berat (8,6%). Hal ini berkaitan dengan bertambahnya usia yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan lansia, pekerjaan dan kegiatan waktu luang karena dapat meningkatkan atensi (mengingat segera dan konsentrasi), memori, fungsi konstruksi, kalkulasi dan penalaran.

## SARAN

### Bagi Pengelola Panti

Diharapkan pihak Posyandu Lansia Kampung Yahim dapat memfasilitasi aktivitas fisik para lansia melalui aktivitas bersama seperti senam lansia, rekreasi dan kegiatan melalui pendampingan dalam latihan fisik sehingga dengan aktifitas fisik yang baik dapat mencegah gangguan fungsi kognitif.

### Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan dukungan melalui kajian ilmiah dengan mengadakan pertemuan dalam perawatan lansia untuk mencegah gangguan fungsi kognitif melalui pemanfaatan kegiatan waktu luang.

### Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menambah variabel riwayat stress, depresi dan kesepian yang berhubungan dengan gangguan fungsi kognitif pada lansia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningrum, E. D. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 27–36. <https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.111>
- Hutasuhut, A. F., Anggraini, M., & Angnesti, R. (2020). Analisis Fungsi Kognitif Pada Lansia Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Riwayat Pendidikan,

Lisma Natalia Br Sembiring dkk : Gambaran Fungsi Kognitif Lansia Di Posyandu Lansia Kampung Yahim Kabupaten Jayapura

- Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik, Aktivitas Kognitif, Dan Keterlibatan Sosial. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(1), 60–75.  
<https://doi.org/10.33024/jpm.v2i1.2428>
- Mardiana, K., & Sugiharto. (2022). Gambaran Fungsi Kognitif Berdasarkan Karakteristik Lansia Yang Tinggal Di Komunitas. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 577–584.  
<https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1283>
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Senam Otak. *Jurnal Madaniyah*, 1(4), 172–176.
- Ramli, R., & Fadhillah, M. N. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif pada Lansia. *Window of Nursing Journal*, 01(01), 22–30.  
<https://doi.org/10.33096/won.v1i1.21>
- Rasyid, S. A., Sanatang, S., & Purnama, T. (2021). Pendampingan Kepada Masyarakat dengan Memanfaatkan Bahan Pangan Sebagai Alternatif Pertolongan Pertama Diare pada Penderita Dyspepsia. *Jurnal Pengabdian Saintek Mandala Waluya*, 1(1), 8–12.  
<https://doi.org/10.54883/jpsmw.v1i1.141>
- Student, M. T., Kumar, R. R., Ommets, R. E. C., Prajapati, A., Blockchain, T.-A., MI, A. I., Randive, P. S. N., Chaudhari, S., Barde, S., Devices, E., Mittal, S., Schmidt, M. W. M., Id, S. N. A., PREISER, W. F. E., OSTROFF, E., Choudhary, R., Bit-cell, M., In, S. S., Fullfillment, P., ... Fellowship, W. (2021). 13.
- Toreh, M. E., Pertiwi, J. M., & Warouw, F. (2019). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting. *Jurnal Sinaps*, 2(1), 33–42.
- BPS Pusat. (2022). *Indonesia Dalam Angka*. <http://www.bps.go.id>. diakses 30 Maret 2022.
- Kemenkes RI (2020). *Infodatin Situasi dan Kesehatan Lansia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- WHO. (2021). *Integrated care for older people (ICOPE) Guidelines on community-level interventions to manage declines in intrinsic capacity Evidence profile:cognitive impairment*. <http://www.who.int.com>. diakses 30 Januari 2022.
- BPS Kab. Jayapura.(2022). *Kabupaten Jayapura Dalam Angka*. <http://www.bps.go.id>. diakses 30 Januari 2022.
- BPS Provinsi Papua.(2022). *Kabupaten Jayapura Dalam Angka*. <http://www.bps.go.id>. diakses 30 Januari 2022.
- Kemenkes RI. (2021). Menkes: Lansia yang Sehat, Lansia yang Jauh dari Demensia. <http://www.kemendesri.go.id>. diakses 30 Januari 2022.
- WHO (2021). *Integrated care for older people (ICOPE) Guidelines on community-level interventions to manage declines in intrinsic capacity Evidence profile:cognitive impairment*. <http://www.who.int.com>. diakses 30 Januari 2022.

