



GAMBARAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI POSYANDU KAMPUNG YAHIM KABUPATEN JAYAPURA

Nur Siti Lia Syarifudin¹, Viertianingsih Patungo², Adryanus Manemi³, Yance R Rainuny⁴
Email Korespondensi : anti57204@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
Pustaka : 55 (2014 – 2022)

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

Nur Siti Lia Syarifudin¹, Viertianingsih Patungo², Hulman Simanjuntak³

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
References : 55 (2014 – 2022)

PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun merupakan suatu keadaan pada seseorang akan mengalami penurunan kemampuan fungsi tubuh dalam mempertahankan keseimbangan tubuh terhadap kondisi stres fisiologis (Pranata, 2020). Bertambahnya usia secara alami menurunkan fungsi kognitif. Faktor lain seperti genetik, pendidikan, otak, racun, menurunnya fisik dan penyakit kronik (parkinson, jantung, stroke, diabetes juga mengakibatkan menurunnya fungsi kognitif (Cahyaningrum, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) lansia mengalami gangguan fungsi kognitif sebanyak 35,6 juta orang (16%) dari total lansia seluruh dunia dan lebih banyak terjadi pada pria dibandingkan wanita (WHO, 2021).

Jumlah lansia di Indonesia terbanyak dan menduduki peringkat ke 5 besar diantara negara yang memiliki populasi lansia terbanyak di dunia. Jumlah penduduk lansia di Indonesia terdapat 29,3 juta penduduk (10,82%) dari total penduduk Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2022). 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%) (BPS Kab. Jayapura, 2022).

Pada lansia muncul berbagai masalah fungsional yaitu penurunan fungsi kognitif yang mengakibatkan perubahan pada struktur dari fungsi otak. Hal ini akan terlihat pada lansia yang mengalami gangguan orientasi, perhatian, konsentrasi, berpikir, mengingat, dan bahasa. Fungsi kognitif yaitu proses mental untuk mendapat pengetahuan/kemampuan dan kecerdasan, antara lain cara berpikir, daya ingat, pengertian, perencanaan, dan pelaksanaan (Cahyaningrum, 2022).

Fungsi kognitif merupakan masalah yang dihadapi lansia karena secara

fisiologis bertambahnya usia seseorang akan mengalami penuaan 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, 2020).

Hasil penelitian Zaiyan (2019) menemukan sebanyak 65,5% lansia mengalami gangguan fungsi kognitif. Pada penelitian Pranata (2020) sebagian besar lansia mengalami gangguan kognitif berat (53.4%), sedang (26,2%) dan ringan (20%).

Upaya dalam meningkatkan kesehatan lansia adalah posyandu lansia dengan program kegiatan melakukan pemeriksaan kesehatan serta melaksanakan aktivitas fisik meliputi senam lansia. Senam lansia bermanfaat terhadap sistem serebrovaskuler melancarkan peredaran darah sehingga mencegah terjadinya gangguan fungsi kognitif (Cahyaningrum, 2022).

Posyandu Lansia Yahim merupakan wilayah kerja Puskesmas Sentani pada tahun 2020 sebanyak 95 orang dan sebanyak 23 orang mengalami gangguan fungsi kognitif ringan dan sedang. Pada bulan Januari – Maret tahun 2022 jumlah lansia sebanyak 35 orang namun belum pernah diukur kemampuan fungsi kognitif lansianya.

Pengamatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu perubahan fungsi kognitif akan dialami lansia seiring proses penuaan didapatkan 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,

Nur siti lia syarifudin dkk : Gambaran fungsi kognitif lansia di posyandu kampung yahim kabupaten jayapura

mudah lupa, kurang inisiatif dan mudah tersinggung.

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

TUJUAN PENELITIAN

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 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%) ≥ 65 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur ≥ 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.

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%)

<https://ejournal.stikesjpr.ac.id/index.php/snj>

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	10	28,6
Melakukan ibadah	12	34,2
Total	35	100

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.

Nur siti lia syarifudin dkk : Gambaran fungsi kognitif lansia di posyandu kampung yahim kabupaten jayapura
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 diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar berumur manula atau lebih 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.

Menurut Depkes RI (dalam Windari 2019) klasifikasi lansia terdiri atas masa lansia awal 46-55 tahun, masa lansia akhir 56-64 tahun dan masa manula lebih dari 65 tahun. Lansia bertambah tua lebih dari 65 tahun semakin beresiko dengan gangguan fungsi kognitif (Zaiyan, 2019).

Bertambahnya umur pada lansia dapat menyebabkan kemungkinan 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 tersebut (Cahyaningrum, 2022).

Penelitian Rasyid dkk (2017) mengatakan bahwa seiring bertambahnya usia, tubuh manusia semakin rentan terhadap penyakit. Hal ini dipengaruhi

oleh penurunan fungsi fisiologis tubuh ketika memasuki lanjut usia. Ketika memasuki lanjut usia, kemungkinan fungsi kognitif seperti demensia akan meningkat sebanyak 5 % dan menjadi 2x lipat setiap 5 tahun sekali.

Peneliti berpendapat bahwa seseorang dengan bertambah usia dan lebih tua dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif. Hal ini disebabkan karena proses degenerasi pada lanjut usia yang menyebabkan perubahan struktur otak.

Jenis Kelamin

Hasil penelitian diperoleh distribusi responden lansia di Posyandu Lansia Kampung Yahim sebagian besar lansia berjenis kelamin perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Toreh (2017) 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.

Perbedaan fungsi kognitif terjadi disebabkan ukuran amigdala dan thalamus pada laki-laki lebih besar daripada perempuan sedangkan pada perempuan jumlah reseptor estrogen di hipokampus dan androgen di amigdala yaitu perempuan memiliki ukuran lebih besar dibanding laki-laki. Perbedaan jenis kelamin akan menyebabkan perbedaan kemampuan memori verbal yang lebih baik dan pria memiliki kemampuan memori spasial yang lebih baik (Sukma, 2020).

Menurut penelitian Manurung (2017) jenis kelamin terlihat bahwa dengan pemeriksaan MMSE dan Mini Cog menunjukkan penurunan fungsi kognitif lebih banyak pada perempuan. Menurut Limyati (2017) perempuan mempunyai risiko lebih tinggi dari laki-laki untuk menderita gangguan fungsi kognitif seperti demensia Alzheimer, ini disebabkan karena umur wanita lebih panjang dari pria, sedangkan pria memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami demensia vaskuler. Hal ini diperkirakan karena pria lebih cenderung melakukan kebiasaan-kebiasaan yang dapat memicu terjadinya gangguan vaskular seperti merokok dan mengkonsumsi alkohol.

Menurut penelitian Harna (2020) menemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam mempertahankan fungsi kognitif tetapi dipengaruhi oleh adanya faktor seperti pendidikan, aktivitas fisik, aktivitas kognitif dan keterlibatan sosial yang juga dapat mempengaruhi sehingga lansia lebih dapat mempertahankan fungsi kognitifnya.

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 penuurunan fungsi 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.

Pendidikan merupakan proses menambah pengalaman hidup yang juga merupakan proses stimulasi intelektual yang akan mempengaruhi kognitif seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah, berarti pengalaman mental dan lingkungannya kurang yang berdampak pada stimulasi intelektual yang kurang. Sehingga, akibatnya adalah kognitif seseorang akan buruk (Rasyid, dkk., 2017).

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 Harna (2020) 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 (Rasyid, 2017). Penelitian oleh Pertiwi (2017), menemukan bahwa ada pengaruh yang sangat besar antara tingkat pendidikan dengan kognitif lansia, pendidikan yang tinggi memiliki resiko kerusakan kognitif yang lebih rendah.

Nur siti lia syarifudin dkk : Gambaran fungsi kognitif lansia di posyandu kampung yahim kabupaten jayapura

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 (2019) bahwa sebagian besar lansia tidak bekerja.

Pekerjaan dengan dominan otak memiliki pengaruh terhadap penurunan kerusakan fungsi kognitif lansia. Berdasarkan hasil penelitian Sinjaya (2018), terdapat hubungan antara jenis pekerjaan dengan kognitif lansia, dengan penurunan kognitif yang lebih sedikit terjadi pada responden pekerjaan yang dominan pikiran.

Pekerjaan yang menekankan kemampuan berpikir memiliki peranan yang besar terhadap neuropatologi gangguan kognitif dibandingkan dengan pekerjaan yang menekankan kekuatan otot seperti petani, buruh kasar, nelayan, pekerja pabrik (Manurung, 2017).

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 (2020) yang menemukan sebanyak sebagian besar lansia menderita hipertensi dan sebagian besar lansia mengalami gangguan fungsi kognitif. Penelitian yang dilakukan oleh Rasyid, dkk (2017) menemukan adanya hubungan antara riwayat penyakit yang merupakan faktor resiko gangguan kognitif.

Hipertensi meningkatkan risiko terjadinya *mild cognitive impairment* dan demensia (Ramli, 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 (Lestari, 2019).

Menurut Silalahi (2017) faktor-faktor risiko penurunan fungsi kognitif tersebut dapat berasal dari faktor genetik usia, faktor penyakit/kondisi kesehatan seperti hipertensi, diabetes mellitus, defisiensi, maupun faktor lingkungan tempat tinggal. Hal ini menyebabkan lansia semakin stress dan menyebabkan kurangnya aktivitas fisik sehingga signifikan terhadap gangguan fungsi kognitif.

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 Shiddieqy (2022) 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 (Kusumawati, 2021).

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

Nur siti lia syarifudin dkk : Gambaran fungsi kognitif lansia di posyandu kampung yahim kabupaten jayapura

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 (Zaiyan, 2019).

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 *prefrontal* pada *lobus frontal* dengan beberapa koneksi ke daerah kortikal, subkortikal dan batang otak. Fungsi *visuospatial* dapat menurun seiring bertambahnya usia meliputi kemampuan seseorang dalam menyalin gambar yang kompleks, pada orang yang lebih tua dan menggambar lebih sederhana (Toreh, 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, 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 dnegan 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

Senja, A., & Prasetyo, T.

<https://ejournal.stikesjpr.ac.id/index.php/snj>

(2021). *Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver*. Bumi Medika (Bumi Aksara).

BPS Pusat. (2022). *Indonesia Dalam Angka*. <http://www.bps.go.id>. diakses 30 Maret 2022.

BPS Kab. Jayapura.(2022). *Kabupaten Jayapura Dalam Angka*. <http://www.bps.go.id>. diakses 30 Maret 2022.

Cahyaningrum, E. D. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Lansia. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 27-36.

Harna, H., Arianti, J., & Nuzrina, R. (2020). Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro Dan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Lansia di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat. *Media Gizi Mikro Indonesia*, 11(2), 117-126.

Fajriatin, A. N. A. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Kegiatan Posbindu (Studi Pada Lansia Di Posbindu Mekarsari Desa Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya)*

Kemenkes RI. (2019). *Buku Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kemenkes RI (2020). *Infodatin Situasi dan Kesehatan Lansia*. Jakarta: Kemenkes RI.

Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Senam

Nur siti lia syarifudin dkk : Gambaran fungsi kognitif lansia di posyandu kampung yahim kabupaten jayapura

- Otak. *Madaniya*, 1(4), 172-176. 2019.
- Djajasaputra, A. D. R., & Halim, M. S. (2019). Fungsi kognitif lansia yang beraktivitas kognitif secara rutin dan tidak rutin. *Jurnal Psikologi*, 46(2), 85-101.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukma, A. (2020). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Tingkat Pendidikan, Interaksi Sosial Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Pantipelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Sudagaran, Banyumas* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Purwokerto).
- Susilojati, D. (2017). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kognitif Pada Lanjut Usia Di Posyandu Desa Banyubiru, Kabupaten Semarang* (Doctoral dissertation, UNIMUS).
- Toreh, M., Pertiwi, J. M., & Warouw, F. (2019). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting. *Jurnal Sinaps*, 2(1), 33-42.
- 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.
- Wreksoatmodjo, B. R. (2015). Aktivitas kognitif mempengaruhi fungsi kognitif lanjut usia di Jakarta. *Cermin Dunia Kedokteran*, 42(1), 7-13.
- Zaiyan, L. A. (2019). Fungsi Kognitif Lansia Menggunakan Instrumen Mini-Cog di Institusi. *Idea Nursing Journal*. Vol. X No. 2
- Windri, T. A. (2019). Pengaruh Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Panti Wredha Maria Sudarsih Ambarawa. *JMP Online Vol. 3 No. 11 November (2019) 1444-1451*.
- Ambardini, L. A. (2017). *Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia*. <http://www.uney.ac.id>. 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.
- Hutasahut, A. F. (2020). Analisis Fungsi Kognitif Pada Lansia Ditinjau Dari Jenis Kelamin, Riwayat Pendidikan, Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik, Aktivitas Kognitif, Dan Keterlibatan Sosial. *Jurnal Psikologi Malahayati*, Volume 2, No.1, Maret 2020: 60-75.
- Irmawartini., N. (2017). *Metodeologi Penelitian*. Jakarta: Pusat pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI.
- Johansson, M. (2015). *Cognitive impairment and its consequences in everyday life* (Medical Dissertation). Faculty of Health Sciences, Linköping University, Linköping, Sweden.
- Kemenkes RI. (2017). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 67 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2019). *Buku Kesehatan Lanjut Usia*. Jakarta: Kemenkes

- RI.
- Kemendes RI. (2019). Infodatin Lansia. Pusat Data dan Informasi. Jakarta: Kemendes RI.
- Kemendes RI. (2021). Menkes: Lansia yang Sehat, Lansia yang Jauh dari Demensia. <http://www.kemendesri.go.id>. diakses 30 Januari 2022.
- Komalasari, R. (2014). Domain Fungsi Kognitif Setelah Terapi Stimulasi Kognitif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 17 No.1, Maret 2014, hal 11-17.
- Khairunnisa, G. (2014). Uji Validitas Konstruksi The Modified Mini Mental Statetest (3MS). <http://journal.uinjkt.ac.id>. diakses tanggal 5 Maret 2022.
- Lestari, G. L. (2019). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia (di Dusun Kenongorejo Desa Kenongorejo Kecamatan Pilang kencana Kabupaten Madiun). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika.
- Limiyati, Y. (2017). *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Fungsi Kognitif pada Populasi Lansia*. *Journal of Medicine and Health*.1(6), 511-15.
- Nafidah, N. (2014). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kognitif Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 4 Margaguna Jakarta Selatan. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- New England Research Institutes/NERI (1991). Physical Activity Scale for the Elderly Administration and Scoring Instruction Manual. Galen Street Watertown, MA 02472 617.923.7747 <http://www.neri.org>.
- Nisa, O. S. (2019). Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan* Vol. 12 (2), 2019, 59-64.
- Noor, C. A. (2020). Hubungan antara aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia. *J Biomedika Kesehatan*. Vol. 3 No. 1 Maret 2020.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Kerawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Polan, T. V. S. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Puskesmas Wori Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal KESMAS*, Volume 7 Nomor 4.
- Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). Resiliensi pada lansia. *Jurnal Surya Muda*, 2(1), 1-8. diakses 23 Maret 2022
- Rahmad, A. N. (2020). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Dan Lansia Prolanis Di Puskesmas Sukowono Kabupaten Jember Tahun 2019. Universitas Jember.
- Ramli, R. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif Pada Lansia. *Window of Nursing Journal*, Vol. 01 No. 01 (Juni,

Nur siti lia syarifudin dkk : Gambaran fungsi kognitif lansia di posyandu kampung yahim kabupaten jayapura

2020): 23 – 32

- Rasyid. I. A. (2017). Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Kecamatan Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2017; 6(1).
- Riani, A. D. (2019). Fungsi Kognitif Lansia yang Beraktivitas Kognitifsecara Rutin dan Tidak Rutin. *Jurnal Psikologi*. Volume 46, Nomor 2, 2019: 85 – 101.
- Sauliyusta, M. (2016).Aktivitas Fisik Memengaruhi Fungsi Kognitif Lansia.Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 19 No.2, Juli 2016, hal 71-77.
- Sesar, D. M. (2019). Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wredha Kalimantan Selatan. Mutiara Medika: *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. Vol 19 No 1Januari 2019.
- Senja, A., Prasetyo, T. (2019).*Perawatan Lansia OlehKeluarga dan Care Giver*.Jakarta: Bumi Medika.
- Silalahi, S. L. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Cita Sehat Yogyakarta Tahun 2016.*Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan* Vol. 9, No. 1, Juni 2017.
- Simon, S. (2016). Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia di Kampung Kumai Kecamatan Tabukan Tengah. *Jurnal Ilmiah Tindakan*, Volume 2, Nomor 2, Nopember 2016, hlm.76–79.
- Sinjaya, F. 2018. Hubungan tingkat pendidikan dan jenis pekerjaan dengan fungsi kognitif pada lanjut usia yang tinggal di Panti Werda Kota Surabaya. Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- Sugiyono (2018). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif. R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo.(2015). *Sosiologi Untuk Keperawatan*.Jakarta: Bina Pustaka Publisher.
- WHO (2018). *Ageing Population*.<http://www.who.int.com> 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.
- Wreksoatmaja, B. R. (2015). Aktivitas kognitif memengaruhi fungsi kognitif lanjut usia di Jakarta. *CDK*, 42(1), 7–13.