

Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kemandirian Dalam Aktivitas Sehari-Hari Pada Lansia di Kelurahan Palangka Kota Palangka Raya

Cognitive Function Relationship With Independence In Daily Activities of Elderly In Palangka Sub-District, Palangka Raya City

¹Putria Carolina, ²Takesi Arisandy
^{1,2}STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Indonesia
Email: nersputria@gmail.com

Submisi: 1 Januari 2023; Penerimaan: 15 Februari 2023; Publikasi: 28 Februari 2023

Abstrak

Lanjut usia (lansia) adalah kelompok manusia yang berusia 60 tahun keatas, semakin meningkatnya populasi lansia maka akan meningkatkan masalah baru di berbagai bidang. Kemunduran fungsi kognitif merupakan penyebab utama ketergantungan lansia pada orang lain sehingga kualitas hidup lansia dinilai dengan kemandirian aktifitas sehari-hari pada lansia hingga dapat diartikan bahwa fungsi kognitif berkaitan dengan kemandirian dalam aktifitas sehari-hari pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan fungsi kognitif dengan kemandirian aktifitas sehari-hari pada lansia di wilayah kerja Kelurahan Palangka Kota Palangka Raya. Desain penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Pengumpulan data ini menggunakan alat ukur kuesioner, kemudian data di analisis dengan menggunakan uji statistik *spearman rank (rho)*. Sampel pada penelitian ini adalah lansia yang berjumlah 48 orang yang terdiri dari 26 laki-laki dan 22 perempuan. Hasil penelitian menunjukkan nilai *significant p value* < nilai α dengan tingkat *significant α* = 0,05. Nilai *significant* menggunakan uji statistik *spearman rank (rho)* diperoleh *Asmp. Sig. (2 tailed)* sebesar 0,000. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan fungsi kognitif dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia di Kelurahan Palangka, Kota Palangka Raya.

Kata kunci: Fungsi kognitif, Lansia, Kemandirian

Abstract

Elderly is a group of people aged 60 years and over, the increasing elderly population will increase new problems in various fields. Decline in cognitive function is the main cause of the dependence of the elderly on other people so that the quality of life of the elderly is assessed by the independence of daily activities in the elderly so that it can be interpreted that cognitive function is related to independence in daily activities in the elderly. This study aims to determine the relationship between cognitive function and independence in daily activities in the elderly in the work area of Palangka Village, Palangka Raya City. The research design uses a quantitative method with a correlational type of research using a cross-sectional approach. This data collection uses a questionnaire measurement tool, then the data is analyzed using the spearman rank (ρ) statistical test. The sample in this study were 48 elderly people consisting of 26 men and 22 women. The results showed a significant p value $< \alpha$ with a significant level of $\alpha = 0.05$. A significant value using the spearman rank (ρ) statistical test was obtained *Asmp. Sig. (2 tailed)* of 0.000. The results of this study indicate that there is a relationship between cognitive function and independence in daily activities for the elderly in Palangka Village, Palangka Raya City.

Keywords: Cognitive function, Independence, Elderly

Pendahuluan

Lanjut usia (lansia) adalah kelompok manusia yang berusia 60 tahun keatas, semakin meningkatnya populasi lansia maka akan meningkatkan masalah baru di berbagai bidang. Kemunduran fungsi kognitif merupakan penyebab utama ketergantungan lansia pada orang lain sehingga kualitas hidup lansia di nilai dengan kemandirian aktifitas sehari-hari pada lansia hingga dapat diartikan bahwa fungsi kognitif berkaitan dengan kemandirian dalam aktifitas sehari-hari pada lansia. Salah satu bentuk untuk mengukur kemandirian lansia dalam melakukan kegiatan sehari-hari adalah *activity daily living* (ADL). Beberapa masalah dan gangguan yang sering muncul atau terjadi pada lansia adalah menurunnya fungsi kognitif. Perubahan fisik yang cenderung mengalami penurunan akan menyebabkan berbagai gangguan aspek kehidupan yang mempunyai pengaruh besar dalam tingkat kemandirian lansia, termasuk dalam penurunan fungsi kognitif. Lansia seringkali dihadapkan dengan mitos-mitos yang menjatuhkan mereka dari lingkungan sosialnya. Seiring berjalannya waktu lansia akan mengalami dimana sebuah fungsi kognitif akan terganggu. Fungsi kognitif yang dimaksud untuk menunjukkan kemampuan seseorang dalam berpikir atau mengingat, fungsi kognitif merupakan masalah yang serius karena dapat mengganggu aktifitas lansia dalam melakukan kegiatan sehari-hari mereka. Fenomena yang terjadi di tempat penelitian didapatkan bahwa banyaknya lansia dengan adanya penurunan fungsi kognitif hingga menyebabkan ketidakmampuan lansia melakukan aktivitas secara normal sehari-hari dan menyebabkan ketergantungan untuk merawat diri.

Menurut *World Health Organisation* (WHO, 2016) memperkirakan tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang yang akan terus bertambah hingga 2 miliar orang di tahun 2050. Data WHO memperkirakan 75% populasi lansia di dunia pada tahun 2025 berada di negara berkembang, hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk 5 besar negara dengan jumlah

penduduk lansia terbanyak di dunia. Pada tahun 2010 jumlah lansia di Indonesia mencapai 1,8 juta orang. Sementara itu data Survei (BPS, 2020) menunjukkan lansia di Indonesia sebesar 16,07 juta jiwa 5,95 % dari total penduduk Indonesia. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BAPPENAS, 2016) memperkirakan pada tahun 2050 akan ada 80 juta lansia di Indonesia dengan komposisi usia 60-69 tahun berjumlah 35,8 juta, usia 70-79 tahun berjumlah 21,4 juta dan 80 tahun ke atas ada 11,8 juta (Wardhana, 2014). Sedangkan data dari badan pusat statistik (BPS, 2020) jumlah lansia yang ada di Palangka Raya sejak tahun 2018 hingga tahun 2020 mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2018 jumlah lansia sebanyak (5,21 %), tahun 2019 (5,45%), tahun 2020 (5,69%) dari total jumlah penduduk Palangka Raya.

Gangguan fungsi kognitif pada umumnya merupakan kemunduran memori dan daya ingat yang dapat mempengaruhi aktifitas sehari-hari. Seperti penurunan fungsi fisik, ditandai dengan ketidakmampuan lansia untuk beraktifitas sehari-hari contohnya: makan, minum, mandi, berjalan, tidur, duduk, buang air besar (BAB), buang air kecil (BAK) dan bergerak. Perubahan fisik yang cenderung mengalami penurunan ini akan menyebabkan berbagai gangguan secara aspek kehidupan yang mempunyai pengaruh besar dalam tingkat kemandirian lansia (Ekasari, 2018). Faktor risiko yang mempengaruhi lansia terkena gangguan kognitif yaitu: usia semakin tua maka secara alamiah akan terjadi apoptosis pada sel neuron yang berakibat terjadinya atrofi pada otak yang dimulai dari atrofi korteks, atrofi sentral, hiperintensitas substantia alba dan paraventrikuler sehingga dapat mengakibatkan penurunan fungsi kognitif seseorang. Depresi, stres dan ansietas akan menyebabkan penurunan kecepatan aliran darah dan stres memicu pelepasan hormon glukokortikoid yang dapat menurunkan fungsi kognitif. Jenis kelamin wanita lebih berisiko mengalami penurunan kognitif (Ekasari, 2018).

Solusi untuk mengatasi masalah kognitif dan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari

bisa dilakukan dengan cara yaitu perlunya meningkatkan fungsi kognitif pada lansia yaitu dengan cara latihan memori, terapi manajemen stress pada lansia, dan terapi komunikasi antar lansia serta terapi perilaku. Sedangkan ada beberapa cara penanganan untuk meningkatkan tingkat kemandirian lansia dampak dari proses penuaan yaitu diharapkan anggota keluarga dapat menciptakan suasana yang baru, anggota keluarga juga harus memotivasi agar kemandirianya terus meningkat dan sering melakukan aktivitas fisik.

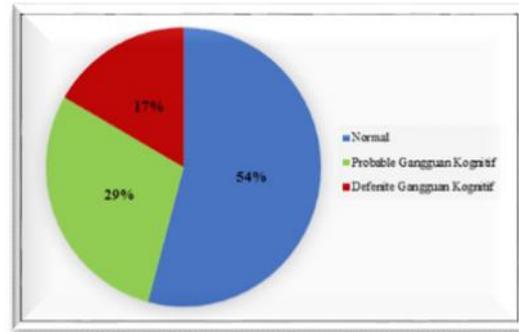
Metode Penelitian

Desain penelitian merupakan suatu strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data dan untuk mengidentifikasi struktur dimana penelitian dilaksanakan (Nursalam, 2017). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study* yaitu peneliti melakukan pengukuran atau penelitian dalam satu waktu. Peneliti menggunakan desain *Cross Sectional* karena peneliti bermaksud mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dalam satu kali pengukuran menggunakan alat ukur berupa kuesioner. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi untuk menentukan hubungan fungsi kognitif dengan kemandirian dalam aktivitas dalam sehari-hari pada lansia. Tempat dan waktu penelitian ini adalah di Kelurahan Palangka, Kecamatan Jekan Raya, Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah. Sedangkan waktu penelitian yaitu Tahun 2022. Sampling pada penelitian ini adalah lansia yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Identifikasi Fungsi Kognitif Lansia

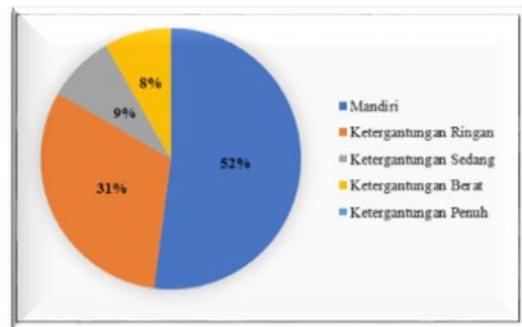
Diagram 1. Fungsi Kognitif Lansia



Berdasarkan diagram 1 diatas dapat dilihat dari hasil identifikasi fungsi kognitif pada lansia bahwa dari 48 responden menunjukkan sebanyak 26 (54%) lansia yang memiliki fungsi kognitif Normal, 14 (29%) lansia yang mengalami gangguan *probable* kognitif, 8 (17%) lansia yang mengalami gangguan *defenite* kognitif.

Hasil Identifikasi Kemandirian ADL Lansia

Diagram 2. Kemandirian ADL Lansia



Berdasarkan diagram 2 diatas dapat dilihat dari hasil identifikasi kemandirian aktivitas sehari-hari bahwa dari 48 responden, 25 (52%) lansia memiliki tingkat kemandirian baik atau mandiri, 15 (31%) lansia memiliki tingkat ketergantungan ringan, 4 (9%) lansia memiliki tingkat ketergantungan Sedang, 4 (8%) orang memiliki tingkat ketergantunagn berat, dan tidak ada lansia yang memiliki tingkat ketergantunagan penuh (0%).

Hasil analisis uji statistik

Tabel 1. Analisis Bivariat

Fungsi Kognitif	Kemandirian Aktivitas Sehari-hari									
	Ketergantungan % Berat		Ketergantungan % Sedang		Ketergantungan % Ringan		Mandiri %	Total %		
Defenite	4	8,3	1	2,1	3	6,3	0	8	16,7	
Probable	0	0	3	5,3	7	14,6	4	8,3	14	29,2
Normal	0	0	0	0	5	10,4	21	43,8	26	54,2
Total	4	8,3	4	8,4	15	31,3	25	52,1	48	100

Berdasarkan analisis menggunakan uji statistik *Spearman's rho* terdapat hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari di wilayah kerja Puskesmas Kayon Palangka Raya didapatkan hasil *p value* 0,000 maka hasil Hipotesis H1 diterima, artinya kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang kuat.

Menurut hasil Penelitian Heru & Fadhilah (2016) dari hasil penelitiannya didapatkan nilai signifikan *P-value* sebesar 0,000 (<0,05), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dengan kemandirian lansia dalam *activity daily living* di Desa Sidodadi Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu. Fungsi kognitif merupakan fungsi utama untuk memelihara peran dan interaksi yang adekuat dalam lingkungan sosial. Kemunduran fungsi kognitif selanjutnya akan mempengaruhi pola interaksi lansia dengan lingkungan tempat tinggal, dengan anggota keluarga lain, juga pola aktivitas sosialnya sehingga akan menambah beban keluarga, lingkungan, dan masyarakat. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitiannya Syadillah (2020) dimana diketahui nilai signifikan *P-value* sebesar 0,001 (<0,05) menunjukkan bahwa dari hasil penelitian di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda ada hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dengan kemandirian lansia dalam *activity daily living*. Kemandirian lansia dalam ADL merupakan kemandirian seseorang dalam melakukan aktivitas dan fungsi-fungsi kehidupan sehari-hari yang dilakukan oleh manusia secara rutin dan universal. Status fungsional akan berbanding terbalik dengan tingkat ketergantungan, bermakna semakin menurun

status fungsional maka semakin tinggi tingkat ketergantungan.

Berdasarkan uraian diatas, terdapat kesamaan antara fakta dan teori dijelaskan bahwa gangguan fungsi kognitif akan berpengaruh besar pada lansia yang dapat menghambat berjalannya aktivitas sehari-hari lansia. Proses menua menyebabkan terjadinya gangguan kognitif, yang jelas terlihat pada daya ingat dan kecerdasan, yang meliputi cara berpikir lansia, daya ingat pada lansia yang mengakibatkan kesulitan dalam melakukan pekerjaan sehari-hari, perencanaan, dan pelaksanaan kegiatan sehari-hari untuk kebutuhan hidupnya. Memasuki usia lanjut, secara kejiwaan individu berpotensi untuk mengalami perubahan sifat, seperti: bersifat kaku dalam berbagai hal. Hal ini tentu erat kaitannya dengan kemunduran kemampuan kognitif yang akan berakibat pada kesulitan dalam menjalankan aktivitasnya mulai dari aktivitas dasar dan juga aktivitas instrumental, dengan demikian memungkinkan adanya suatu ketergantungan lansia pada orang lain. Semakin baik tingkat kemandirian lansia maka semakin baik pula fungsi kognitif sehingga meningkatkan derajat kesehatan lansia.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan proses pengolahan data pada penelitian ini mengenai hubungan fungsi kognitif dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari dapat disimpulkan sebagai berikut : Hasil Identifikasi Fungsi Kognitif Lansia Dari hasil identifikasi fungsi kognitif pada 48 lansia menunjukkan bahwa 26 (54%) lansia memiliki kognitif yang baik atau normal, 14 (29%) lansia menunjukkan gangguan probable kognitif , dan 8 (14%) lansia menunjukkan mengalami gangguan defenite gangguan kognitif. Hasil menunjukkan bahwa banyak lansia yang memiliki fungsi kognitif yang baik.

Hasil identifikasi kemandirian lansia dalam aktivitas sehari-hari pada lansia dari hasil identifikasi kemandiran aktivitas sehari-hari menunjukkan bahwa 25 (52%) lansia yang memiliki tingkat kemandirian baik atau mandiri, 15 (31%) lansia memiliki tingkat

ketergantungan ringan, 4 (9%) lansia memiliki tingkat ketergantungan sedang, 4 (8%) lansia yang memiliki tingkat ketergantungan berat, dan tidak ada lansia yang memiliki tingkat ketergantungan penuh (0%). Hasil menunjukkan bahwa banyak lansia yang memiliki tingkat kemandirian mandiri.

Hasil analisis hubungan fungsi kognitif dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari pada lansia berdasarkan analisis menggunakan uji statistik *Spearman's rho* terdapat hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dengan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada Ketua STIKES Eka Harapan, Ketua LPPM STIKES Eka Harapan, Ketua Program Studi Profesi Ners, Rekan-rekan dosen Keperawatan dan Profesi Ners dan semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini.

Referensi

- Aminuddin, M., Kapriliansyah, M., & Nopriyanto, D. (2020). *The Level Of Independence Of The Elderly In The Activity Of Daily Living (ADL) At Tresna Werdha Nirwarna Puri Samarinda Social Home Using The Barthel Index Method. Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 3(1), 14–20.
- Ajul, K., Pranata, L., Daeli, N. E., & Sukistini, A. S. (2021). Pendampingan lansia dalam meningkatkan fungsi kognitif melalui permainan kartu remi. *JPMB: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 4(2), 195-198.
- Anderson, E. (2017). *Fungsi Kognitif Terhadap Tingkat Kemandirian Lansia Di Panti Werdha Bethania Lembean Dan Balai Penyantunan Lansia Senja Cerah Manado*. 3(2), 114–123.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta. Rineka Cipta
- Azizah N, Santosa T, Rohmah N. (2014). *Hubungan ungsi Kogniti denan Kemandirian Lansia dalam Pemenuhan Activity of Daily Living (ADL) di UPT*

Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember. Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Jember.

- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2018*. Palangka Raya
<https://palangkakota.bps.go.id/indicator/12/216/1/lansia.html> diakses pada tanggal 6 april 2022
- Daeli, N. E., Pranata, L., & Ajul, K. (2022). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Bermain Puzzle. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 5(2), 403-407.
- Depkes RI. (2013). *Populasi Lansia Diperkirakan terus Meningkat Hingga Tahun 2020*, (<http://www.depkes.go.id/article/view/13110002/populasi-lansia-diperkirakan-terus-meningkat-hingga-tahun-2020.html>, diakses pada tanggal 6 april 2020.
- Dewi, S. R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, [e-book], diakses tanggal 03 Agustus 2017, dari <https://books.google.co.id/books?id=3FmACAAAQBAJ&printsec=front-cover&dq=buku+lanjut+usia&hl=en&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=buku%20lanjut%20usia&f=false>.
- Dinas Kesehatan Kota Makassar. (2016).
- Ediawati, E. (2013). *Gambaran Tingkat Jatuh dalam Activity Daily Living (ADL) dan Resiko Jatuh pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 01 dan 03 Jakarta timur*. Skripsi, FIK UI (dipublikasikan).
- Ekasari M.F., Rosidawati, Jubaedi A., dan Batubara, I. (2018). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kodri, & Rahmayati, E. (2016). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Aktivitas Sehari-Hari*. XII(1), 81–89.
- Manurung, C. H., Karema, W., & Maja, J. (2016). *Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lansia di Desa Koka Kecamatan Tombulu*. *E-Clinic*, 4(2), 2–5. <https://doi.org/10.35790/ecl.4.2.2016.14493>

- Nadira, C. S., & Rahayu, M. S. (2020). *Hubungan Fungsi Kognitif Dan Aktivitas Kemandirian Kehidupan Sehari-Hari (ADL) Pada Lansia di Panti Darussa'adah dan An-Nur Lhokseumawe. Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(3).
- NANDA. (2014). *North American Nursing Diagnosis Association, Nursing Diagnosis, Definition dan Classification 2015-2017*. Pondicherry, India.
- Nursalam. (2017). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilm Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2017). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noor, C. A., & Merijanti, L. T. (2020). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia. Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(1), 8–14. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.8-14>
- Panentu, D. dan Irfan, M. (2013). *Uji Validitas dan Rehabilitas Butir Pemeriksaan. Jurnal Fisioterapi*. 13(1):57.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020). *Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Senam Otak. Madaniya*, 1(4), 172-176.
- Pranata, L., Fari, A. I., & Indaryati, S. (2021). *The Effects of Brain Gym and Coloring Pictures on Cognitive Functions of the Elderly. Media Karya Kesehatan*, 4(1).
- Pranata, L., Koernawan, D., & Daeli, N. E. (2019, October). *Efektifitas Rom Terhadap Gerak Rentang Sendi Lansia. In Proceeding Seminar Nasional Keperawatan (Vol. 5, No. 1, pp. 110-117)*.
- Rasyid, I. A., Syafrita, Y., & Sastri, S. (2017). *Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia. Jurnal Kesehatan Andalas*, 6.
- Sauliyusta, M., & Rekawati, E. (2016). *Aktivitas Fisik Memengaruhi Fungsi Kognitif Lansia. Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(2), 71-77.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunaryo, Wijayanti, R., Kuhu, M. M., Sumedi, T., Widayanti, E. D., Sukrillah, U. A., et al. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV. ANDI OFFSET.
- Supriyatno, H., & Fadhilah, N. (2016). *Fungsi Kognitif Lansia Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Dalam Pemenuhan Aktivitas*. 5(9).
- Tamher, S., Noorkasiani. (2014). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika