

AKTIVITAS SOSIAL DAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA DI POSYANDU MERPATI

Juntrilita Harefa*¹, Lilik Pranata*², Novita Elisabeth Daeli³

^{1,2,3}Universitas Katolik Musi Charitas Palembang; alamat : Jl. Kol. H. Burlian No.204

Kec. Sukarami Palembang

*¹juntrilitaharefaa@gmail.com

ABSTRAK

Lansia menunjukkan ciri fisik seperti rambut beruban, kerutan kulit, dan hilangnya gigi. Fungsi kognitif adalah kemampuan atensi, memori, pertimbangan, pemecahan masalah, serta kemampuan eksekutif. Aktivitas sosial merupakan salah satu dari aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh lansia. Dampak lansia yang tinggal di panti kurang aktivitasnya, baik aktivitas fisik maupun aktivitas kognitif nya jika dibandingkan dengan para lanjut usia yang tinggal di keluarga dikarenakan aktivitas sosial di panti sudah dijadwalkan oleh petugas dibandingkan dengan para lanjut usia yang tinggal di keluarga. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran tentang fungsi kognitif dan aktivitas sosial pada lanjut usia di Posyandu Merpati Talang Betutu. Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel berupa total sampling sebanyak 42 responden yang berupa analisa data observasi dan kuesioner terhadap lansia. Hasil penelitian menunjukkan adanya Gangguan fungsi kognitif lansia dalam katagori normal atau tidak ada gangguan kognitif (24-30) sebanyak 22 responden 52,4 % dan Aktivitas sosial lansia dalam katagori sedang (39-57) sebanyak 30 responden 71,4%.

Kata Kunci : lansia, fungsi kognitif lansia, aktivitas lansia

PENDAHULUAN

Tumbuh kembang manusia secara bertahap mulai dari bayi, anak-anak, dewasa, dan akhirnya menjadi tua. Pada masuknya usia lansia dapat mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap (Lilik Marifatul Azizah, 2011). Mekanisme fungsi tubuh manusia akan mengalami perubahan yang signifikan ketika manusia pada tahap lansia (Pranata, 2020c). Setiap makhluk hidup akan mengalami perubahan yang hidup akan mengalami kematian bahkan dari sel tubuh manusia saat mulai adanya regenerasi sel (Pranata, 2020b). Sel tubuh manusia akan ada masanya berhenti bahkan mengalami atropi sehingga dapat menimbulkan masalah baik secara fisik, kognitif, psikologis (Pranata, 2020a). Seperti halnya manusia yang paling sering mengalami perubahan dratis adalah pada saat lansia, dimana akan dirasakan perubahan fisik dan kognitif yang signifikan pada dirinya, salah satu yang muncul adalah kognitif, di karenakan adanya perubahan fungsi organ tubuh yang tidak dapat meregenaresi kembali dengan baik (Pranata, 2018). Keadaan ini akan menimbulkan

masalah yang berarti bagi lansia di tambah lagi dengan adanya penyakit penyerta pada lansia tersebut, masalah ini menjadi permasalahan yang sering di temukan pada lansia sehingga dengan gangguan kognitif yang ada dapat membatasi lansia dalam berinteraksi dengan keluarga, lingkungan dan masyarakat (Hardika & Pranata, 2019). Hasil riset menunjukan menunjukkan bahwa dengan pemeriksaan Ina MoCA berdasarkan jenis kelamin menunjukkan laki-laki lebih cenderung mengalami penurunan fungsi kognitif di dibandingkan dengan perempuan (92,3%). Sedangkan berdasarkan usia terlihat bahwa usia 75-90 tahun lebih menunjukkan penurunan fungsi kognitif (100%) toreh, 2019.

Penurunan fungsi kognitif pada lansia seharusnya ditangani secara optimal mungkin, sehingga nantinya para lansia dapat menjalani masa tuanya dengan baik, sehingga tidak menjadikan beban bagi keluarga maupun bagi pemerintah di kemudian harinya. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk menghambat proses terjadinya penurunan fungsi kognitif (Pranata, Indaryati, & Fari, 2020b). Hasil riset ada beberapa cara untuk meningkatkan fungsi kognitif lansia dengan cara terapi senam otak dan terapi menggambar, ini dapat memicu sel saraf kembali bekerja walaupun tidak dapat kembali seperti sebelumnya (Pranata, Indaryati, & Fari, 2020a). Hasil riset di atas maka peneliti tertarik untuk melihat sejauh mana aktivitas lansia dan fungsi kognitif, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran kepada masyarakat dan yankes untuk memberikan intvensi yang tepat pada lansia ketika di dapati mengalami gangguan kognitif.

METODE

Metode penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif untuk melihat gambaran aktivitas sosial dan fungsi kognitif lansia di posyandu merpati talang betutu di kota palembang. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia (lanjut usia) dengan umur 46 - 80 tahun ke atas yang berada di masyarakat yang berkunjung di posyandu lansia kelurahan talang betutu kota palembang, Jumlah sampel 42 responden lansia. Proses pengambilan data ini akan dilakukan pada awal bulan Agustus selama 2 hari di hari sabtu dan minggu tanggal 8-9 Agustus 2020 di posyandu Merpati Talang Betutu Palembang. Subjek dari penelitian ini adalah lansia yang berada di komunitas posyandu Merpati Talang Betutu dengan karakteristik responden, lansia ikut serta dalam kegiatan yang berada di posyandu lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan total sampling. Pada penilaian aktivitas sosial angket kuesioner ini menggunakan kuesioner aktivitas sosial sebanyak 19 pertanyaan yang di buat sendiri dengan menggunakan analisis statistik deskriptif rata-rata berdasarkan nilai yang diberikan berdasarkan hasil angket menggunakan likert sebagai penulisan kuesioner yaitu: 1 = Kurang baik; 2 = Cukup baik; 3 = Baik; 4 = Sangat baik. Kemudian menggunakan untuk klasifikasi skor terhadap aktivitas sosial menggunakan rumus dari skor maksimal- skor minimum di bagi dengan jumlah aspek tersebut, Lalu di dapatkan hasil dari liker tersebut dengan klasifikasi rentang dengan skor terendah 19-38 dengan hasil buruk, 39-57 dengan hasil sedang dan 58—76 dengan hasil skor baik. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur

aktivitas sosial dan fungsi kognitif adalah skala folstein pada penilaian MMSE.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi usia responden

No	Usia	Frekwensi	Presentase (%)
1	Usia masa virilitas (45-54 tahun)	9	21,4
2	Usia proscenium (55-64 tahun)	23	54,8
3	Usia masa senium (>65)	10	23,8
	Total	42	100

Tabel 1 menunjukan bahwa responden yang berusia 45-54 tahun berjumlah 9 orang dengan presentase 21,4 %, usia 55-64 tahun berjumlah 23 orang dengan presentase 54,8 %, usia >65 tahun sebanyak 10 rang dengan presentase 23,8 %.

Pada masa usia lansia virilitas (45-55 tahun) merupakan Kelompok menjelang usia lanjut atau masa persiapan usia lanjut yang menuju kematangan jiwa. Lansia proscenium (55-64 tahun) kelompok yang mulai memasuki masa usia lanjut dini dan lansia yang usia masa senium (>65 tahun) berisiko untuk menderita berbagai penyakit yang di alami. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan (Nanik dwi astutik, Febrina Secsaria Handini, 2017) yang berjudul pengaruh fungsi kognitif terhadap kualitas hidup lansia di Posyandu Lansia Srikandi Malang yang menyatakan sebanyak 66 responden dengan kriteria umum responden berusia 45-90 tahun ke atas dimana usia 45-59 tahun sebanyak 18 responden (2,73%), usia 60-74 tahun sebanyak 39 responden (59,1%), dan usia 75-90 tahun sebanyak 9 responden (13,6 %).

Tabel 2. Distribusi pendidikan responden

No	Pendidikan	Frekwensi	Presentase (%)
1	SD	9	21,4
2	SMP	23	54,8
3	SMA	10	23,8
	Total	42	100

Tabel 2. menunjukan bahwa responden yang berpendidikan SD berjumlah 9 orang dengan presentase 21,4 %, Berpendidikan SMP berjumlah 23 orang dengan presentase 54,8 %, Berpendidikan SMA sebanyak 10 rang dengan presentase 23,8 %.

Hasil penelitian ini di dukung dengan teori yang mengatakan bahwa pendidikan akan me stimulasi mental digunakan untuk menjaga atau memperbaiki fungsi otak baik melalui pendidikan maupun pengalaman hidup baru, salah satu faktor yang digunakan untuk memprediksi fungsi otak di usia tua (Firdaus ; Pranata & Manurung, 2018). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan (Toreh, M. E., Pertiwi, J. M. and Warouw, 2019) yang berjudul gambaran fungsi kognitif lanjut usia di kelurahan maasing kecamatan Tuminting, karakteristik demografik

responden yang pendidikan terakhir SD 35 responden (70%), Pendidikan terakhir SMP berjumlah 6 responden (12%) dan SMA sebanyak 8 responden (16

Tabel 3. Distribusi aktivitas sosial responden

No	Aktivitas sosial	Frekwensi	Presentase (%)
1	Buruk	1	2,4
2	Sedang	30	71,4
3	Baik	11	26,2
Total		42	100

Tabel 3. menunjukan bahwa responden yang aktivitas sosial buruk berjumlah 1 orang dengan presentase 2.4 %, Aktivitas sosial dengan berjumlah 30 orang dengan presentase 71,4 %, Aktivitas sosial baik sebanyak 11 rang dengan presentase 26.2 %. Maka Aktivitas atau kegiatan merupakan ketentuan akan meningkatnya pada penurunan jumlah kegiatan secara langsung, yang menyatakan bahwa pada lanjut usia yang sukses adalah mereka yang aktif dan ikut dalam kegiatan sosial, (pola hidup) , dan mempertahankan hubungan antara sistem sosial dan individu agar tetap stabil dari usia pertengahan ke lanjut usia (Lilik Marifatul Azizah, 2011) yang aspek hubungan terdapat 3 aspek hubungan sosial pada lansia, yaitu hubungan pertemanan (Friendship), dukungan sosial (social support) dan integrasi sosial (social integration) yaitu sebagai berikut (Azizah & Lilik Ma'rifatul, 2011)

Tabel 4. Distribusi fungsi kognitif responden

No	Fungsi kognitif	Frekwensi	Presentase (%)
1	Gangguan Kognitif berat	4	9,5
2	Gangguan kognitif sedang	16	38,1
3	Tidak ada gangguan kognitif	22	52,4
Total		42	100

Tabel 4. menunjukan bahwa responden yang mengalmi gangguan fungsi kognitif berat berjumlah 4 orang dengan presentase 9.5 %, gangguan fungsi kognitif sedang berjumlah 16 orang dengan presentase 38.1 %, tidak gangguan fungsi kognitif sebanyak 22 orang dengan presentase 52.4 %.

Hasil penelitian ini di dukung dengan teori yang menyatakan, pada bagian memori ada beberapa orang yang berusia 70 tahun melaksanakan hal lebih baik dibandingkan orang yang berusia 20 tahun, di dalam memori sensori perubahan akan sedikit mengalami penurunan pada lansia, memori pendek yang tidak ada perubahan, memori panjang dengan perubahan beberapa penurunan terutama pada proses encoding, memori jangka panjang kemampuan psikomotor adanya perubahan penurunan dimulai pada awal usia 50 tahun dan tidak mampu diubah dengan intervensi (Sofia Rhosma Dewi, 2014). Hasil penelitian terkait aktivitas sosial dan fungsi kognitif pada responden penelitian ini dikaitkan pada kondisi responden yang berada di keluarga dan masih dekat dengan keluarga saat melakukan kegiatan sehari-hari sehingga aktivitas sosial tetap dapat dipertahankan. Posyandu juga melaksanakan aktivitas berkumpul sesama lansia, arisan lansia, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin, bahkan ada beberapa lansia yang hanya tinggal di rumah

selama covid19 dan tetap dapat bersosialisasi dengan tetangga yang berada di samping rumahnya

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa di masyarakat masih adanya lansia yang tidak aktif dalam aktivitas sosial dan masih ada lansia dengan gangguan kognitif, ini menjadi tugas kita bersama sebagai tenaga kesehatan harus mampu mengurangi angka kesakitan bahkan dapat mengurangi gangguan fungsi kognitif pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah & Lilik Ma'rifatul. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Firdaus; Pranata, L.; & Manurung, A. (2018). Comparison Of Heavy Air Foot Therapy And Progressive Muscle Relaxation Technique On Hipertension In Elderly In The Orphanage Of Tresna Werdha Palembang. *Jurnal Ilmiah Bakti Farmasi*, 3(1), 31–40. Retrieved from <http://ejournal.stifibp.ac.id/index.php/jibf/article/view/32>
- Hardika, B. D., & Pranata, L. (2019). Pendampingan senam lansia dalam meningkatkan kualitas tidur. *Journal of Character Education Society*, 2(2), 34–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jces.v2i2.1474>
- Lilik Marifatul Azizah. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia* (1st ed.). yogyakarta: Graha Ilmu.
- Nanik dwi astutik, Febrina Secsaria Handini, M. W. M. N. (2017). Pengaruh Fungsi Kognitif Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Lansia Srikandi Kelurahan Gadingkasri Kecamatan Klojen Malang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Pranata, L. (2018). Pengaruh Hijamah Terhadap Kadar Eritrosit Dan Hematokrit Darah Vena Orang Sehat. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 1(2), 72. <https://doi.org/10.32524/jksp.v1i2.389>
- Pranata, L. (2020a). *Fisiologi 1*. Palembang: Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L. (2020b). *Fisiologi 2*. Palembang: Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L. (2020c). *Perawatan Lansia di Era Covid 19*. Palembang: Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020a). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Mewarnai gambar. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Berkarakter*, 3(2), 141–146.
- Pranata, L., Indaryati, S., & Fari, A. I. (2020b). Pendampingan Lansia Dalam Meningkatkan Fungsi Kognitif Dengan Metode Senam Otak. *Jurnal Madaniyah*, 1(4), 172–176.

- Sofia Rhosma Dewi, S. K. N. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Toreh, M. E., Pertiwi, J. M. and Warouw, F. (2019). *Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting*. 2(1), 33–42.