

FUNGSI KOGNITIF DAN STATUS GIZI PADA LANSIA DI PUSKESMAS SEDAYU II BANTUL

*Brune Indah Yulitasari¹⁾, Latifatul Yumna²⁾, Julia Meranti³⁾

¹Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta
email : brune@almaata.ac.id

²Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta
email : latifatulyumna@gmail.com

³Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta
email : juliameranti99@gmail.com

ABSTRACT

Impaired cognitive function is one of the health problems experienced by the elderly. It can cause the elderly to experience setbacks or not be able to carry out daily activities independently. One of the factors that can cause the elderly to experience a decline in cognitive function is the condition of nutritional status in the elderly. This study aimed to identify the relationship between cognitive function and nutritional status in the elderly at Puskesmas Sedayu 2, Bantul, Yogyakarta. This type of research is quantitative correlation research with a cross-sectional approach design. The population in this study was the elderly aged 60 years and over. The sampling technique used was consecutive sampling with a total of 100 samples. The research instrument used the MMSE (Mini-Mental State Exam) and nutritional status by measuring weight, height, and calculating BMI. The analysis using the Pearson Product moment correlation test revealed there was no significant relationship between cognitive function and nutritional status. It is necessary to do further research related to cognitive function in the elderly.

Keywords: *cognitive function, elderly, nutrition status*

ABSTRAK

Gangguan fungsi kognitif merupakan salah satu masalah kesehatan yang dialami oleh lansia. Hal ini dapat menyebabkan lansia mengalami kemunduran atau keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan lansia mengalami penurunan fungsi kognitif adalah kondisi status gizi pada lansia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara fungsi kognitif dan status gizi pada lansia di Puskesmas Sedayu 2, Bantul, Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasi dengan rancangan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia usia 60 tahun ke atas dengan teknik sampel yang digunakan yaitu *consecutive sampling* dengan jumlah 100 sampel. Instrumen penelitian menggunakan MMSE (*Mini Mental State Exam*). Sedangkan status gizi dengan mengukur berat badan, tinggi badan dan menghitung IMT (Indeks Massa Tubuh). Hasil analisis dengan uji korelasi *Pearson Product moment* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara fungsi kognitif dan status gizi. Perlu dilakukan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan fungsi kognitif pada lansia.

Keywords : fungsi kognitif, lansia, status gizi

PENDAHULUAN

Lanjut usia ialah suatu keadaan yang ditandai dengan penurunan kemampuan fungsi tubuh dalam mempertahankan keseimbangan tubuh. Menurut UU nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia disebutkan bahwa seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun [1]. Meningkatnya jumlah lansia Indonesia akan menyebabkan peningkatan masalah-masalah kesehatan yang akan terjadi. Lansia mengalami perubahan fungsi pada fisik, kognitif, dan psikososial. Perubahan yang dialami lansia terjadi akibat dari berkurangnya jumlah sel secara anatomis juga berkurangnya aktivitas, kurangnya asupan nutrisi, polusi juga radikal bebas yang semua hal tersebut dapat menyebabkan organ pada proses menua mengalami perubahan struktural, fisiologis juga otak [2]. Penurunan fungsi intelektual merupakan masalah paling serius ketika proses penuaan yang dapat mengakibatkan lansia kesulitan untuk hidup mandiri, dan resiko terjadinya demensia menjadi meningkat sehingga lansia akan mengalami gangguan perilaku dan penurunan kualitas hidup [3]. Jumlah lansia yang terus meningkat di Indonesia ini akan menimbulkan masalah baru karena seiring bertambahnya usia seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kesehatan seseorang. Prevalensi lanjut usia paling tinggi di Indonesia ada di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan jumlah 1.625 juta jiwa atau sama dengan (13,8%) [4]. Prevalensi lansia dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul pada tahun 2019 berkisar 114.053 atau (95,13%). Data terbaru yang diambil pada tahun 2020 dari Puskesmas Sedayu 2 jumlah lansianya berkisar 3.169 dengan jumlah lansia usia 60-69 tahun sebanyak 1.334 lansia. Semakin banyak jumlah lansia maka semakin tinggi keyakinan jumlah lansia yang mengalami peningkatan angka kesakitannya terutama dalam aspek psikososial seperti depresi. Selain itu bertambahnya usia fungsi fisiologi mengalami penurunan akibat proses *degenerative* (penuaan), sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lansia [5]. Salah satu strategi nasional yang dilakukan pemerintah

untuk merendahkan angka prevalensi demensia dengan pendekatan siklus hidup lewat upaya kesehatan yang komprehensif, terpadu, serta efektif. Salah satu strategi yang diambil ialah pelaksanaan Program Kesehatan Lanjut usia guna meningkatkan kualitas perawatan kesehatan dalam keluarga lewat *homecare* serta *long-term care*. Upaya pelaksanaan Program Kesehatan Lanjut usia ini yang salah satunya diperuntukan pada Orang Dengan Demensia (ODD) dan wajib disesuaikan dengan jalan perawatan demensia [6]. Seiring bertambahnya usia seseorang akan mengalami penurunan kognitif atau gangguan kognitif. Gangguan kognitif ialah suatu kondisi seseorang mengalami kesulitan dalam mempelajari hal baru, sulit berkonsentrasi, sulit membuat keputusan [7]. Gangguan kognitif merupakan masalah kesehatan pada lansia yang membuat lansia mengalami kemunduran atau tidak dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dan menyebabkan lansia bergantung pada orang lain.

Penurunan fungsi kognitif dapat dikarenakan status gizi. Lansia dengan penurunan fungsi kognitif mengalami peningkatan metabolisme yang dapat mengakibatkan malnutrisi [8]. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa fungsi kognitif berhubungan dengan status gizi pada lansia [8][9][7]. Tetapi hasil penelitian yang lain juga menyebutkan bahwa fungsi kognitif tidak berhubungan dengan dengan status gizi [10].

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara fungsi kognitif dan status gizi pada lansia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang berkunjung ke Puskesmas Sedayu 2 sebanyak 100 orang. Tehnik pengambilan sampel yaitu *consecutive sampling*. Variabel Dependent di penelitian ini adalah fungsi kognitif yang di ukur dengan instrument MMSE.

Sedangkan variabel Independen nya adalah status gizi dengan menentukan IMT dengan menentukan tinggi badan dan berat badan. Analisa data univariat dan bivariate dilakukan dalam penelitian ini. Uji *Pearson Product Moment* digunakan untuk menganalisa hubungan kedua variable tersebut. Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan layak etik dari Komite Etik Universitas Alma Ata dengan No. KE/AA/VII/10573/EC/2021

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Fungsi Kognitif Lansia

Fungsi Kognitif	f	%
Normal	68	68
Probable Gangguan	21	21
Definite Kognitif	11	11
Jumlah	100	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas fungsi kognitif pada lansia normal (68%). Hal ini mungkin disebabkan karena mayoritas responden berada di rentang lanjut usia awal (60-74 tahun) menurut WHO. Sehingga, penurunan kognitif masih belum signifikan. Meskipun mayoritas mengalami gangguan ringan, namun tetap harus diberikan tindak lanjut agar tidak mengalami perubahan tingkat gangguan ke yang lebih berat. Fungsi kognitif dan demensia ditandai dengan penurunan dari sebagian domain kognitif yang disertai dengan gangguan fungsional dan sosial. Penurunan ini seiring dengan bertambahnya usia terutama pada usia 60 tahun atau lebih (51). Proses penuaan menyebabkan kemunduran dalam kemampuan daya ingat dan kemunduran dalam fungsi belahan otak kanan yang terutama berfungsi dalam kewaspadaan, konsentrasi dan perhatian (26).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi

Status Gizi	f	%
Kurus	17	17
Normal	32	32
Gemuk	20	20
Obesitas	31	31
Jumlah	100	100

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan hasil sebagian besar lansia memiliki status gizi normal sejumlah 32%. Hal ini membuktikan bahwa kecukupan gizi lansia cukup baik. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa mayoritas responden dalam penelitiannya dengan status gizi normal [11]. Dalam proses menua tidak hanya bersangkutan dengan umur fisiologis, akan tetapi juga terdapat pengaruh dari asupan makanan dan gangguan pengaturan nafsu makan. Pola makan yang sehat serta seimbang dan sesuai dengan porsi yang dibutuhkan oleh tubuh, dapat membuat seorang lansia tetap dalam keadaan segar bugar meski di usia senja. Makanan sehat sangat penting bagi para usia lanjut, lansia yang berusia 60 tahun ke atas jika bisa mempertahankan berat badan normal memungkinkan seseorang dapat mencapai usia harapan hidup[3].

Selain itu, dari hasil penelitian juga menunjukkan jumlah lansia yang mengalami obesitas sebanyak 31 lansia dan yang mengalami status gizi gemuk sebanyak 20%. Hal ini memperlihatkan bahwa adanya ketidakseimbangan nutrisi yang dialami oleh lansia. Pada lansia yang mengalami gizi lebih atau obesitas dapat memicu penyakit degeneratif diantaranya jantung koroner, diabetes mellitus, hipertensi, gout, reumatik, ginjal, sirosis hati, empedu, dan kanker. Sedangkan lansia yang menderita kurang gizi akan menyebabkan timbulnya penyakit seperti kurang energi protein yang kronis (KEK), anemia, dan kekurangan zat gizi mikro lain[12] [13]. Hal ini menjadi tanggung jawab kita sebagai perawat untuk memantau status gizi pada lansia untuk meminimalkan munculnya penyakit yang disebabkan oleh status gizi lansia yang berlebih.

Tabel 3. Hubungan Fungsi Kognitif dengan Status Gizi

Variabel	Min	Maks	Mean	SD	P
Fungsi Kognitif	13	30	23,58	3,63	0,160
Status Gizi	15,5	34,9	22,88	4,1	

Berdasarkan hasil penelitian di atas, menunjukkan hasil yang cukup menarik yaitu tidak terdapat hubungan antara fungsi kognitif dan status gizi pada lansia ($p = 0,160$). Meskipun banyak penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara fungsi kognitif dan status gizi pada lansia [8][9][14]. Penyebab tidak ada hubungan antara fungsi kognitif dan status gizi dalam penelitian adalah kemungkinan akurasi yang kurang saat mengukur IMT. Fisiologis yang terjadi pada lansia adalah penyusutan diskus intervertebralis yang menyebabkan penurunan tinggi badan. Hal tersebut sangat berkaitan dengan perhitungan tinggi badan dari subyek. Kemungkinan yang lain Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang membuktikan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara fungsi kognitif dengan status gizi [10]. Selain itu, penyebab tidak adanya hubungan yang bermakna antara fungsi kognitif dan status gizi yaitu kemungkinan adanya variabel-variabel lain yang berhubungan dengan fungsi kognitif pada lansia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan fungsi kognitif diantaranya frailty, tingkat kemandirian, gangguan pendengaran [7].

SIMPULAN

Di dalam penelitian ini didapatkan bahwa tidak ada hubungan antara fungsi kognitif dengan status gizi pada lansia. Meskipun demikian dalam penelitian ini didapatkan status gizi pada lansia yang mengalami gemuk dan obesitas cukup banyak. Sehingga hal ini perlu menjadi perhatian tenaga kesehatan khususnya perawat untuk memantau berat badan lansia guna mencegah terjadinya komplikasi yang mungkin dapat terjadi yang disebabkan oleh berat badan berlebih.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Indonesia, *Undang Undang Republik Indonesia*. Indonesia, 1997.
- [2] S. D. Rhosma, *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, 1st ed. Yogyakarta: deepublish, 2014.
- [3] N. Wahyudi, *Keperawatan Gerontik dan Geriatric*, 3rd ed. Jakarta: EGC, 2012.
- [4] L. H. M. Cicih, "Info Demografi BKKBN," *Demogr. BKKBN*, vol. 1, p. 16, 2019.
- [5] S. Hartinah, L. Pranata, and D. Koerniawan, "Effectiveness of Range of Motion (Rom) Active on Muscle," *Publ. Penelit. Terap. Dan Kebijak.*, vol. 2, no. 2, 2019.
- [6] *et al.*, "Analisis Kebutuhan ODD dan Family Caregiver dalam Komunitas ALZI," *Indones. Bus. Rev.*, vol. 1, no. 2, pp. 283–298, 2018.
- [7] S. Surya Rini, T. Kuswardhani, and S. Aryana, "Faktor – faktor yang berhubungan dengan gangguan kognitif pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar," *J. Penyakit Dalam Udayana*, vol. 2, no. 2, pp. 32–37, 2018.
- [8] J. I. Layla and D. N. K. Wati, "Penurunan Fungsi Kognitif Dapat Menurunkan Indeks Massa Tubuh Lansia Di Pstw Wilayah Dki Jakarta," *J. Keperawatan Indones.*, vol. 20, no. 2, pp. 128–132, 2017.
- [9] D. Putra, I. Putrawan, and ni ketut Purnami, "Hubungan status gizi dengan fungsi kognisi pada lansia di panti sosial tresna werdha wana seraya Deanpasar," *J. Med. Udayana*, vol. 9, no. 1, pp. 22–27, 2020.
- [10] B. Dema, J. Wahid, and V. Sudarma, "Hubungan Status Gizi dan Penurunan Fungsi Kognitif pada Lansia," *Semin. Nas. Pakar ke 1*, no. 1, pp. 2615–2584 ISSN (P), 2615-3343 (E), 2018.
- [11] S. Fitri, "Analisis Karakteristik Usia Lanjut Berhubungan Dengan Status Gizi Di Posyandu Lansia Dusun Wonogiri Jatirejo Lendah Kulon progo.," *Sekol. Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta*, 2013.
- [12] C. M. Nursilmi, "Hubungan Status

- Gizi Dan Kesehatan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Dua Lokasi Berbeda,” pp. 376–379, 2017.
- [13] B. Adriani, M., & Wirjatmadi, “Peran gizi dalam status kehidupan.,” *Jakarta Kencana Prenada Media Grup*, 2012.
- [14] Q. Hou *et al.*, “Associations between obesity and cognitive impairment in the Chinese elderly: An observational study,” *Clin. Interv. Aging*, vol. 14, pp. 367–373, 2019.