Vol. 3. No. 2 Desember 2024
e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744

Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia

Yusmaida[1], Zulkarnaini[2*]
[1]STIKes Darussalam Lhokseumawe
[2]Universitas Syiah Kuala
Email: zulkarnaini.fkep@usk.ac.id [2*]

Abstrak

Indonesia berada pada peringkat yang rendah (ke-71) dalam Global Age Watch Index terkait kualitas hidup lansia. Penelitian analitik cross sectional ini bertujuan mengkaji hubungan antara fungsi kognitif dengan kualitas hidup pada lansia di Desa Pusong Lama, Kecamatan Banda Sakti, Kota Lhokseumawe. Penelitian ini melibatkan seluruh populasi lansia (n=62) dengan menggunakan teknik total sampling dari bulan Juli hingga Oktober 2024. Data dikumpulkan menggunakan instrumen MMSE untuk penilaian fungsi kognitif dan WHOQOL-BREF untuk penilaian kualitas hidup, kemudian dianalisis dengan uji statistik chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki gangguan kognitif kategori ringan (48,4%) dan kualitas hidup sedang (40,3%). Analisis statistik menunjukkan hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dan kualitas hidup (p=0,000 < 0,05), yang mengindikasikan bahwa status kognitif secara signifikan memengaruhi kualitas hidup lansia. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi kesehatan kognitif dan peningkatan pengetahuan untuk mendukung strategi perawatan lansia yang komprehensif serta mempromosikan penuaan yang optimal..

Keywords: *Fungsi kognitif, Kualitas hidup, Lansia*

PENDAHULUAN

Peningkatan derajat kesehatan dan kemakmuran di suatu negara berkontribusi terhadap peningkatan angka harapan hidup penduduk. Hal ini berdampak pada bertambahnya jumlah populasi lanjut usia di negara tersebut (Nurmalia, Zulkarnaini, & Chaizuran, 2021).

Peningkatan jumlah lansia memengaruhi berbagai aspek kehidupan, terutama sosial, ekonomi, dan kesehatan. Pada masa lanjut usia, terjadi perubahan fisik, kognitif, dan psikologis. Lansia sering mengalami penurunan fungsi kognitif, termasuk memori, kemampuan berpikir, penalaran, dan kesadaran, yang digunakan dalam aktivitas sehari-hari (Prahasasgita & Lestari, 2023).

Menurut data PBB pada tahun 2024 terdapat sekitar 830 juta orang lansia (berusia 65 tahun ke atas) di dunia. Jumlah tersebut diproyeksikan akan bertambah menjadi 1,7 miliar pada tahun 2054 (Teutem, 2024).

Menurut WHO, sekitar 55 juta orang mengalami demensia secara global, dengan proyeksi meningkat menjadi 78 juta pada 2030 dan 139 juta pada 2050. Faktor risiko utama termasuk usia lanjut, gaya hidup, dan kesehatan. Sementara itu, lebih dari 20% lansia di Indonesia menunjukkan tanda gangguan memori, termasuk demensia (Widyaningsih, Lestyari, Yuliana, & Winarsih, 2024).

Pada tahap awal, gangguan kognitif pada lansia tidak menunjukkan gejala yang mencolok. Penurunan fungsi kognitif

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Vol. 3. No. 2 Desember 2024
e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744

disebabkan oleh faktor-faktor seperti berkurangnya jumlah sel anatomis, paparan radikal bebas, polusi, serta menurunnya asupan makanan dan aktivitas. Perubahan ini mengakibatkan gangguan fungsi otak yang sering kali diawali dengan gejala ringan, seperti mudah lupa (Manungkalit, Sari, & Prabasari, 2021).

Gangguan kognitif dapat menurunkan kualitas hidup lansia, seperti menyebabkan stres dan kecemasan. Hal ini mendorong kebutuhan lansia akan bantuan tenaga kesehatan dalam aktivitas sehari-hari, yang jika tidak terpenuhi dapat semakin menurunkan kualitas hidup mereka (Fridolin, Musthofa, & Suryoputro, 2022). Kualitas hidup yang baik memungkinkan lansia tetap produktif meskipun dalam keterbatasan. Sebaliknya, penurunan kualitas hidup dapat menyebabkan ketergantungan lansia pada orang lain (Astuti & Soleman, 2024).

Menurut WHO, kualitas hidup lansia terdiri dari empat domain, yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial, dan aspek lingkungan (WHO, 2004). Penelitian *Global Age Watch* menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia di Indonesia berada di peringkat 71 dari 96 negara. Perubahan fisik, kognitif, sosial, dan psikososial pada lansia sering kali menyebabkan penurunan kualitas hidup (Al Afif & Hidayati, 2021).

Lansia di Indonesia cenderung memiliki kualitas hidup rendah, terutama mereka yang tinggal di pedesaan, memiliki pendidikan rendah, tidak bekerja, dan berada dalam kondisi sosial ekonomi yang rendah. Keluarga berperan penting dalam merawat lansia untuk meningkatkan kualitas hidup mereka (Hayulita, Bahasa, & Sari, 2018). Penurunan kualitas hidup lansia juga disebabkan oleh berbagai penyakit, gangguan mental, dan perubahan peran sosial, seperti depresi dan kepikunan, yang menjadikan mereka tergantung pada bantuan orang lain (Smara, Warjiman, & Lanawati, 2024).

Hasil survei awal di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe menunjukkan bahwa sebagian besar lansia menyatakan bahwa daya ingat mereka mulai menurun, terutama untuk mengingat kejadian yang baru terjadi. Salah satu lansia mengatakan kesulitan mengingat jadwal pengobatan harian, meskipun secara fisik merasa sehat. Satu orang lansia lainnya merasa lebih sering bingung dengan arah atau lokasi tertentu, terutama saat bepergian. Sedangkan 3 orang lainnya mengaku aktivitas sosial mereka terbatas karena kurang percaya diri akibat penurunan daya pikir. Namun, ada 2 lansia yang tetap aktif secara fisik dan merasa kualitas hidupnya baik meski menghadapi tantangan kognitif.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakulan penelitian tentang hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Vol. 3. No. 2 Desember 2024
e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744

METODE

Penelitian ini bersifat analitik, kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, di mana data sampel diambil dalam satu waktu tertentu (Notoatmodjo, 2016). Ruang lingkup penelitian ini meliputi fungsi kognitif dan kualitas hidup lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner MMSE (*Mini-mental state examination*) untuk mengukur fungsi kognitif dan kuesioner WHOQOL-BREF (*World Health Organization Quality Of Life* – BREF) untuk mengukur kualitas hidup lansia.

MMSE terdiri dari 11 pertanyaan yang mencakup berbagai aspek, seperti orientasi waktu dan tempat, pendaftaran, kalkulasi, perhatian, kemampuan mengingat, serta kemampuan bahasa (penamaan objek, pengulangan kata, mengikuti instruksi tiga langkah, menutup mata, menulis kalimat, dan menyalin gambar untuk menguji kemampuan visuospasial). Skor maksimum yang dapat dicapai adalah 30, berdasarkan versi bahasa dan tulisan Jepang oleh Taniguchi et al., (2017). MMSE yang digunakan dalam penelitian ini telah dilakukan uji validitas instrumen yang menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar 0,861, sedangkan reliabilitasnya memiliki nilai korelasi (r) sebesar 0,911, sehingga dinyatakan valid dan reliabel untuk digunakan.

Kuesioner WHOQOL-BREF terdiri dari 26 item, yang sudah terbagi dalam 5 aspek yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, lingkungan, kualitas hidup. Pemberian nilai untuk masing–masing pertanyaan dari 1-5 sesuai dengan respon skala pengukuran (WHO, 2004).

Populasi penelitian ini adalah semua lansia (usia >60 tahun) di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe. Teknik pengampilan sampel menggunakan *total sampling*, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel yang berjumlah 62 orang. Analisis data menggunakan uji deskripstif dan *chi square test* untuk mengetahui hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

No	Karakteristik	n	%
1	Usia		
	a. 60-69 tahun (Lansia Pra-Lanjut Usia)	53	85,5
	b. 70-79 tahun (Lansia Lanjut Usia)	9	14,5
2	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	19	30,6
	b. Perempuan	43	69,4
3	Pekerjaan		
	a. Bekerja	19	30,6
	b. Tidak Bekerja	43	69,4
4	Pendidikan		
	a. Dasar	26	41,9
	b. Menengah	31	50,0
	c. Tinggi	5	8,1
5	Status Perkawinan		
	a. Menikah	47	75,8
	b. Tidak Menikah	2	3,2
	c. Cerai	13	21,0

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa mayoritas berusia 60-69 tahun (Lansia Pra-Lanjut Usia) dengan frekuensi 53 orang (85,5%), jenis kelamin perempuan dengan frekuensi 43 orang (69,4%), pekerjaan tidak bekerja dengan frekuensi 43

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Vol. 3. No. 2 Desember 2024
e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744

orang 69,4%), pendidikan menengah dengan frekuensi 31 orang (50%), status perkawinan menikah dengan frekuensi 47 orang (75,8%), tipe keluarga inti dengan frekuensi 38 orang (61,3%), ada riwayat penyakit dengan frekuensi 34 orang (54,8%).

Fungsi Kognitif

Tabel 2. Fungsi kognitif lansia

No	Fungsi Kognitif	N	%
1.	Tidak Ada Kelainan	10	16,1
2.	Kelainan Ringan	30	48,4
3.	Kelainan Berat	22	35,5
Jumlah		**62**	**100**

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa fungsi kognitif lansia di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe sebagian besar pada kategori kelainan ringan dengan frekuensi 30 orang (48,4%).

Kualitas Hidup

Tabel 3. Kualitas hidup lansia

No	Kualitas Hidup	n	%
1.	Buruk	14	22,6
2.	Sedang	25	40,3
3.	Baik	23	37,1
Jumlah		**62**	**100**

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa kualitas hidup lansia di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe sebagian besar pada kategori sedang dengan frekuensi 25 orang (40,3%).

Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kualitas Hidup Lansia

Tabel 3. Kualitas hidup lansia

Fungsi Kognitif	Kualitas Hidup						Σ	ρ	α
	Buruk		Sedang		Baik				
	F	%	F	%	F	%			
Tidak ada	0	0	4	6,5	6	9,7	10		
Ringan	0	0	13	21,0	17	27,4	30		
Berat	14	22,6	8	12,9	0	0	22	0,000	0,05
Jumlah	**14**	**22,6**	**25**	**40.3**	**23**	**37,1**	**62**		

Dari hasil uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 5% didapatkan nilai ρ (0,000) < α (0,05), sehingga Ha diterima dan Ho ditolak, yang berarti ada hubungan fungsi kognitif dengan kualitas hidup lansia di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

Penurunan fungsi kognitif pada lansia dapat berpengaruh besar terhadap kualitas hidup mereka. Kondisi ini terjadi akibat proses penuaan yang memengaruhi struktur serta fungsi otak, sehingga memicu gangguan memori ringan dan kesulitan dalam mengingat. Secara bertahap, penurunan kemampuan kognitif ini dapat menghambat aktivitas sehari-hari dan pada akhirnya berdampak negatif pada kualitas hidup lansia.

Temuan penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya. Penelitian Manungkalit et al., (2021) menemukan hubungan signifikan antara fungsi kognitif dan kualitas hidup lansia, yang disebabkan oleh pengaruh kemampuan kognitif terhadap aktivitas fisik dan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Titanic & Rumawas (2022) juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status kognitif dan kualitas hidup pada lansia, dengan nilai p (0,03 < 0,05) yang mengindikasikan keterkaitan antara fungsi kognitif dan kualitas hidup. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa penurunan fungsi kognitif dapat memicu berbagai masalah, seperti keterbatasan dalam mobilisasi fisik yang berpengaruh pada tingkat kemandirian, penurunan kemampuan ADL (*Activity*

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Vol. 3. No. 2 Desember 2024
e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744

Daily Living), serta berkurangnya interaksi sosial. Kondisi ini dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik maupun mental, yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup lansia.

Begitu pula penelitian Ningrum & Artistin (2023) mengonfirmasi adanya korelasi antara fungsi kognitif dan kualitas hidup, dengan mayoritas lansia memiliki fungsi kognitif sedang dan kualitas hidup yang baik.

Gangguan kognitif berkaitan erat dengan proses penuaan dan menyebabkan penurunan fungsi otak yang memengaruhi kemampuan atensi, konsentrasi, pengambilan keputusan, serta berpikir abstrak. Salah satu bentuk gangguan kognitif adalah *Mild Cognitive Impairment*, yang merupakan tahapan antara gangguan kognitif terkait usia dan demensia (Hani & Wulaningsih, 2023).

Teori yang mendukung penelitian ini menjelaskan bahwa fungsi kognitif yang baik memungkinkan lansia untuk menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri, baik dalam aspek fisik maupun sosial. Sebaliknya, gangguan pada fungsi kognitif dapat memicu stres, meningkatkan beban perawatan, dan mengurangi rasa penghargaan diri, sehingga lansia merasa cemas terhadap kondisi kesehatannya

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa fungsi kognitif lansia di lokasi penelitian mayoritas berada pada kategori kelainan sedang, kualitas hidup lansia sebagian besar berada pada kategori sedang. Terdapat hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dan kualitas hidup lansia di Desa Pusong Lama Kecamatan Banda Sakti Kota Lhokseumawe.

Diharapkan para responden dapat memperluas pemahaman dan wawasannya tentang faktor-faktor yang memengaruhi penurunan fungsi kognitif. Pengetahuan yang mendalam tentang penyebab dan penanganan penurunan fungsi kognitif sangat penting karena dapat membantu individu lansia dalam merancang pola hidup yang lebih sehat. Dengan demikian, lansia dapat secara aktif berkontribusi terhadap upaya peningkatan kualitas hidup, terutama dengan memperhatikan berbagai faktor yang berkaitan dengan kesejahteraan pada tahap lanjut usia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami menyampaikan apresiasi dan rasa terima kasih yang mendalam kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam keberhasilan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus kami tujukan kepada masyarakat dan jajaran pemerintahan Desa Pusong Lama, Kecamatan Banda Sakti, Kota Lhokseumawe, termasuk para lansia dan aparatur desa yang telah membantu dan mendukung proses penelitian kami.

DAFTAR PUSTAKA

Al Afif, F., & Hidayati, E. (2021). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Menggunakan Terapi Reminiscence Di Rt 02 / Rw 01 Desa Wanutunggal. Prosiding Seminar Nasional

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

UNIMUS, 4, 1746–1759. Diambil dari https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/download/950/957.

Astuti, S. D. P., & Soleman, S. R. (2024). Gambaran Kualitas Hidup pada Lansia di Posyandu Sasono Mulyo IV Masaran Sragen. Inovasi Kesehatan Global, (3), 168–183.

Fridolin, A., Musthofa, S. B., & Suryoputro, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Gayamsari Kota Semarang. Jurnal Kesehatan Komunitas, 8(2), 381–389. https://doi.org/10.25311/keskom.vol8.iss2.1227

Hani, U., & Wulaningsih, I. (2023). Menopause dan Risiko Demensia pada Wanita. Jurnal Kesehatan Al-Irsyad, 16(1), 139.

Hayulita, S., Bahasa, A., & Sari, A. N. (2018). Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia. Afiyah, 5(2), 42–46.

Manungkalit, M., Sari, N. P. W. P., & Prabasari, N. A. (2021). Fungsi Kognitif dengan Kualitas Hidup Pada Lansia. Adi Husada Nursing Journal, 7(1), 34. https://doi.org/10.37036/ahnj.v7i1.186

Ningrum, W. A., & Artistin, A. R. (2023). Hubungan Fungsi Kognitif dengan Kualitas Hidup Pada Lansia di Panti Wreda Wilayah Kota Surakarta. Malahayati Nursing Journal, 5(12), 4105–4115. https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.10119

Notoatmodjo, S. (2016). Metodologi Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurmalia, Zulkarnaini, & Chaizuran, M. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Lansia Hipertensi Tentang Diit Tinggi Serat di Desa Kuala Dua. Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery, 4(1), 31–39.

Prahasasgita, M. S., & Lestari, M. D. (2023). Stimulasi Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Indonesia: Tinjauan Literatur. Buletin Psikologi, 31(2), 247. https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.80371

Smara, E. W., Warjiman, & Lanawati. (2024). Tanda Gejala Depresi yang dialami Lansia di Salah Satu Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia di Kalimantan Selatan. Jurnal Medika Nusantara, 2(1), 218–228. https://doi.org/10.59680/medika.v2i1.921

Taniguchi, Y., Kitamura, A., Murayama, H., Amano, H., Shinozaki, T., Yokota, I., … Shinkai, S. (2017). Mini-Mental State Examination score trajectories and incident disabling dementia among community-dwelling older Japanese adults. Geriatrics & Gerontology International, 17(11), 1928–1935. https://doi.org/10.1111/ggi.12996

Teutem, S. van. (2024). The global number of people aged 65 years and older is set to double within the next thirty years. Diambil 1 September 2024, dari https://ourworldindata.org/data-insights/by-2060-the-number-of-people-aged-65-and-older-will-be-more-than-four-times-what-it-was-in-2000

Titanic, P. Y., & Rumawas, M. E. (2022). Hubungan status kognitif dengan tingkat kualitas hidup lansia di Panti Sosial Tresna Wreda Kota Bengkulu. Tarumanagara Medical Journal, 4(1), 171–178. https://doi.org/10.24912/tmj.v4i2.17721.

WHO. (2004). The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF. World Health Organization, 1–6. Diambil dari

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional

Vol. 3. No. 2 Desember 2024
e-ISSN: 2830-5558 p-ISSN: 2830-5744

https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref/docs/default-source/publishing-policies/whoqol-bref/indonesian-whoqol-bref

Widyaningsih, H., Lestyari, S. I., Yuliana, A. R., & Winarsih, B. D. (2024). Pemberdayaan Lansia Melalui Program Deteksi Dini Gangguan Fungsi Kognitif, 2024(6), 88–95.

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional